Mgr JAN BIEGAŃSKI

ZIOŁOLECZNICTWO



NASZE ZIOŁA I LECZENIE SIĘ NIMI

Mgr JAN BIEGAŃSKI

ZIOŁOLECZNICTWO

NASZE ZIOŁA I LECZENIE SIĘ NIMI

WYDANIE CZWARTE

W OPRACOWANIU POPULARNYM DLA WSZYSTKICH

1 9 4 8

ST. JAMIOŁKOWSKI & T. J. EVERT
SPÓŁKA Z OGRAN. ODPOW.
ŁÓDŹ, ULICA ŻWIRKI 4.

Drukarnia Polska
Spółdzielni Wydawniczej
„Zryw" z o. u. Bydgoszcz
2562 E - 40117

NAKŁAD I WŁASNOŚĆ STOWARZYSZENIA PRACOWNIKÓW KSIĘGARSKICH
SPÓŁKI Z OGRANICZONĄ ODPOWIEDZIALNOŚCIĄ
W WARSZAWIE

JAN BIEGAŃSKI — PIONIER ZIELARSTWA POLSKIEGO

(ze wspomnień o mgr. Janie Biegańskim)

... I oto w czasach zupełnego prawie lekceważenia ziół i ziołolecznictwa, mianowicie w końcu XIX wieku, który był przesiąknięty pychą kultury i wiarą w potęgę swej wiedzy chemicznej, zjawia się skromny aptekarz prowincjonalny, poświęcający swe życie badaniu i propagandzie zielarstwa. Człowiekiem tym jest Jan Biegański. Swój debiut literacki rozpoczyna Biegański dziełem pt. „Rośliny lekarskie i ich uprawa" — Warszawa 1894 r. Praca ta została nagrodzona na konkursie War. Tow. Farmaceutycznego i wydana również nakładem tego Towarzystwa. Niestety dzieło to jest od dawna wyczerpane, a dziś nawet trudne do zdobycia w handlu antykwarskim. Nie od rzeczy więc będzie podać choć krótki jego opis. Tworzy ono spory tom o 444 plus XVII stronach. Na wstępie autor podaje wiadomości ogólne (63 str.) w rozdziałach zatytułowanych: Klimat, Grunt, i podglebie, Nawozy, Nawożenie, Przygotowanie gruntu, Rozmnażanie roślin, Przesadzanie, Pielęgnowanie roślin podczas lata, Rośliny jedno- i dwuletnie, Rośliny trwałe, Rośliny wodne, Paprocie i widłaki, Drzewa i krzewy. Na końcu książki podane są wskazówki o sprzęcie, suszeniu, przechowywaniu, pakowaniu i przesyłce ziół. Główną część książki (359 str.) zajmują szczegółowe opisy 312 roślin leczniczych. Opisy te zawierają charakterystykę botaniczną danej rośliny, odpowiadające jej warunki wegetacji lub uprawy oraz sposób zbioru i przeróbki. Opisy te świadczą o doskonałej znajomości przed-

miotu, zdobytej nie tylko z książek. Musiał p. Biegański już od wielu lat zajmować się roślinami leczniczymi, zanim przystąpił do napisania swej książki, która wyszła przed 50 laty. Nie będę przeto daleki od prawdy twierdząc, że Jan Biegański mógł śmiało obchodzić 50-letni jubileusz pracy na polu propagandy zielarstwa. A że w tej pracy nie ustawał, dowodzą liczne książki i broszurki, których tytuły poniżej przytaczamy:

1904 r. — Zioła apteczne — 54 str.

1912 r. — Uprawa roślin lekarskich — 54 str.

1918 r. — Zioła lekarskie jako jedno z naszych bogactw — 32 str.

1921 r. — Hodowla ziół aptekarskich — 82 str.

1924 r. — Nasze zioła lekarskie — 200 str.

1931 r. — Nasze zioła i leczenie się niemi — 288 str.

1932 r. — Zielarz — 127 str.

1934 r. — Hodowla ziół lekarskich i leczenie się niemi — 228 str.

Wymieniłem tu tylko wydawnictwa większe i specjalne, bo poza tym spod pióra Jana Biegańskiego wyszło kilkadziesiąt artykułów, rozsianych na łamach pism farmaceutycznych i rolniczych.

Autor na swych licznych wydawnictwach nie zrobił bynajmniej złotego interesu. Żył nie z wydawnictw, lecz z pracy zarobkowej, a pisał nie dla interesu, lecz z zamiłowania. Był to typ szlachetnego fanatyka, który już 50 lat temu musiał wierzyć, że praca jego nie pójdzie na marne i ludzkość powróci do ziół. Przed 50 laty wyszła wspomniana wyżej praca Biegańskiego pt. Rośliny lekarskie. Na końcu książki znajduje się „lista przedpłacicieli“, z której wynika, że książka ta znalazła tylko 180 nabywców: 144 w Kongresówce i 36 w Rosji. Po takim „zainteresowaniu się“ społeczeństwa uprawą roślin

lekarskich można było do tej sprawy się zniechęcić. A jednak autor przetrwał okres obojętności, pisał dalej i wreszcie doczekał się triumfu swojej idei.

Dziś tysiące ludzi korzysta z jego dzieł, nie podejrzewając nawet, że ten, który 50 lat służył tej idei, został przez współczesnych zapomniany.

W hołdzie przeto temu cichemu i niezmordowanemu pionierowi zielarstwa poświęcam tę wzmiankę i dziękuję mu za napisanie dzieła „Rośliny lekarskie", albowiem ta książka, która mi wpadła w ręce przed 35 laty, zdecydowała o moim zainteresowaniu się roślinami leczniczymi i poświęceniu się tej dziedzinie.

Prof. Jan Muszyński

KSIĄŻKI TEGOŻ AUTORA:

„Hodowla ziół lekarskich" (str. 288) wydanie piąte, rozszerzone i poprawione.

Treść: Słowo wstępne; kilka słów do V wydania; pogląd ogólny; wpływ klimatu, powody uprawy ziół dziko rosnących, pewne zjawiska przy uprawie; nawożenie, obróbka ziemi i siew; sprzęt i suszenie ziół; suszarnie; kilka uwag dla plantatorów; szczegółowa uprawa: (wyliczenie roślin).

„Zielarz — podręcznik dla zbierających zioła lecznicze dla aptek i ziołolecznictwa" (str. 144) wydanie czwarte przejrzane i dopełnione. Z atlasem ziół: 4 kolorowe i 133 jednobarwne.

Treść: Kilka słów do czwartego wydania; kilka słów o zbycie, jak się u nas przedstawia sprawa zielarstwa; wiadomości ogólne, stosunek młodzieży szkolnej i dzieci wiejskich do zbierania ziół leczniczych; odróżnianie zbieranych części roślin według przyjętych nazw; zbiór i suszenie; kalendarz zbioru czyli ułożenie ziół według miesięcy; opisy szczegółowe: (wyliczenie ziół); spis opisanych roślin w jęz. polskim, rosyjskim, białoruskim i ukraińskim; alfabetyczny układ nazw rosyjskich, białoruskich, ukraińskich i polskich. Ryciny 117 ważniejszych ziół dziko rosnących (powszechnie znane są pominięte).

„Cukier, wino i miód, wyrób domowym sposobem". Wyd. III. (str. 61).

„Kozłek lekarski" (str. 8).

„Ogródek lekarski przy szkole" (str. 40).

„Rośliny lekarskie". Warszawa, 1894. (str. 444 + XVII). Wyczerpane.

„Różne herbaty i herbata polska" (str. 16) z 3 ryc.

„Rumianek jego znaczenie w handlu i uprawa" (str. 8) z 2 ryc.

„Zioła apteczne" (str. 58).

„Zioła lekarskie jako jedno z naszych bogactw" (str. 32).

„Żywokost kaukaski (Szorstek, Matador) jako opatrznościowa roślina dla rolników" (str. 16).

Biegański J. mgr — Wasiutyński E. dr. **„Choroby nerek"** (przebieg, przykłady leczenia, dieta). Leczenie ziołami w opracowaniu dla wszystkich, z 2 rycinami (str. 39).

„ — **„Reumatyzm — Artretyzm — Ischias"** leczenie ziołami w opracowaniu dla wszystkich. Wydanie drugie (str. 56).

„ — i Plucińska I. **„Soja (w Chinach roślina święta) jej uprawa u nas i użytkowanie w rolnictwie i w kuchni"** (str. 48).

DO CZYTELNIKA

Od lat kilkunastu pracując nad stworzeniem w Polsce nowej gałęzi wytwórczości — produkcji ziół aptekarskich, w kierunku tym prowadziłem bardzo ruchliwą agitację: ustnie, przez radio, w prasie, wreszcie wydając cały szereg odpowiednich podręczników, które są już w IV i V wydaniu.

Praca moja wydała wreszcie owoce, bo zbieraniem ziół zajmuje się obecnie wielu ludzi w Polsce, a z nich znaczna liczba zawodowo. Nie całkowicie więc marnuje się to, co można tak łatwo spieniężyć, produkcja ziół i handel nimi przestał być uważany za drobnostkę, wreszcie zaczął się wywóz od nas ziół leczniczych zagranicę, zarysowując swe rozmiary bardzo poważnie.

Stykając się osobiście i prowadząc korespondencję z tysiącami ludzi, zainteresowanych tą sprawą, na każdym kroku spotykałem się z pytaniem, do jakiego użytku dana roślina służy, jakie jest jej działanie i w jakich cierpieniach jest stosowaną.

Ponieważ szukanie pomocy w ziołach bardzo często opiera się jedynie na ustnie udzielanych sobie wzajemnie wiadomościach o działaniu roślin, przy czym pojęcie to bywa często mylne, uważałem za potrzebne zapoznanie szerokiego ogółu z rzeczywistymi własnościami ziół, według posiadanych obecnie wiadomości. Nie znaczy to bynajmniej, aby wiadomości dzisiejsze nie uległy zmianie, możemy w stosowanych ziołach odkryć jeszcze własności zupełnie nowe, dotąd nieznane, a które prosty przypadek często nam ujawnia. Nie znaczy to

również, aby opisane tu zioła miały być już wszystkimi odkrytymi lekami w naszej florze, może ich być wielokroć więcej i niewątpliwie jest, ale z tamtych zedrze osłonę dopiero przyszłość.

Opracowując niniejszą książkę, starałem się uniknąć wszelkich terminów dla szerokich mas niezrozumiałych, szło mi bowiem o to, aby mógł z niej korzystać każdy, komukolwiek dostanie się do ręki.

Wiara, od wielu pokoleń odziedziczona, w zbawienne działanie ziół, tak licznie potwierdzona przykładami wyleczenia nimi chorych, już opuszczonych przez lekarzy, nie da się obalić, ani osłabić i z całą siłą występuje wszędzie tam, gdzie medycyna skromnie usuwa się na bok, zostawiając choremu swobodę leczenia się czym zechce.

Bynajmniej nie mam zamiaru podkopywać autorytetu lekarzy, opartego na wiekami zdobywanej wiedzy, nie występuję również z teorią leczenia wyłącznie tylko ziołami, lecz chcę uczynić zadość owym licznym żądaniom kierowanym do mnie, i zużytkowując zebrany materiał, przyjść z nadzieją i pomocą tym nieszczęśliwym, którzy przed sobą ratunku już nie widzą.

Zdrowie jest największym skarbem dla człowieka, niestety, ocenianym dopiero wtedy, gdy je się utraci, słusznie więc mówi poeta:

> Szanowne zdrowie! Nikt się nie dowie,
> Jako smakujesz, Aż się zepsujesz.

W niezrównanej prostocie i piękności słowa, wieszcz nad wieszczami, Adam Mickiewicz, powiedział o zdrowiu:

> Litwo, Ojczyzno moja! ty jesteś jak zdrowie;
> Ile cię trzeba cenić, ten się tylko dowie,
> Kto cię stracił...

Gdy jeszcze niedawno wszystkie choroby leczono wyłącznie chemikaliami i lekceważono zioła (pod wpływem niemiec-

kiego przemysłu chemiczno-farmaceutycznego, forsownie popieranego całą literaturą), to obecnie coraz większa liczba lekarzy zwraca się ku ziołom. Stwierdzonym zostało, że cała masa chorób chronicznych, ciągnących się latami i uważanych za samoistne, powstaje na tle złej przemiany materii, a ta wynika z wadliwego odżywiania się i złych warunków fizycznych.

Szczególniej odżywianie się zamożnej ludności wielkomiejskiej ciężkimi wyszukanymi potrawami, przy niedostatecznym ruchu i braku wszelkiego wysiłku mięśni, już w młodym stosunkowo wieku, sprowadza różne dolegliwości, z wiekiem występujące coraz silniej. Otóż cierpienia wątroby, kamienie żółciowe, różnego rodzaju nerwobóle, chroniczne zaparcie stolca lub rozwolnienie, niestrawność, nadkwasowość żołądka, cierpienia nerwowe, czyrakowatość, cherlactwo, nadmierna otyłość, reumatyzm, artretyzm itp. choroby są wynikiem wadliwej przemiany materii.

Wymienione dolegliwości usunięte być mogą przez zmianę warunków życiowych i leczenie roślinne, tj. przy używaniu odpowiednich mieszanek ziołowych.

Na rozmaite mieszanki ziołowe podaję wzory w niniejszej pracy.

Wszelkie zioła działają tylko wtedy, gdy są w odpowiednim czasie zebrane i racjonalnie wysuszone oraz przechowane.

Autor.

Z PRZESZŁOŚCI ZIELNICTWA

Jak dawno istnieje ród ludzki, tak starą jest również choroba i człowiek od początku swego istnienia musiał się od niej ratować.

Odległy nasz przodek, bytujący w pierwotnych warunkach życia, nie znający wygód, stworzonych dopiero przez cywilizację, aby istnieć, musiał być silny, zdrów, zahartowany i niewątpliwie nader rzadko zapadał na zdrowiu, na to zaś co mu dolegało, instynktem umiał sobie wyszukiwać lekarstwa i brał je z otaczającej go zewsząd roślinności.

Z postępem cywilizacji człowiek się wydelikatnił, osobniki słabe, dawniej wymierające w dzieciństwie, żyły, i rozmnażały się, czego następstwem musiało być pewne skarlenie fizyczne, zatracenie pierwotnego uodpornienia, a więc podatność do rozwoju chorób.

Ponieważ najwięcej z przyrodą przestawali pasterze, dozorujący swe trzody, a zwierzęta posiadają wysoce rozwinięty instynkt i z jego pomocą doskonale umieją wynajdywać potrzebne im lekarstwa, przez samo już obserwowanie zwierząt mogli pasterze nabyć wiele wiadomości o działaniu ziół i pierwsi zaczęli je stosować w chorobach. Zatem, tak jak pierwszymi lekami były rośliny, za pierwszych lekarzy należałoby uważać pasterzy. Przez szeregi wieków ta sztuka, tradycyjnie przywiązana do pasterzy, przetrwała do dzisiaj; pasterze albo owczarze i teraz leczą ziołami, tak u nas jak i we wszystkich krajach Europy.

Liczni szarlatani, wyzyskując dobrą wiarę ludzi i działając na wyobraźnię chorych, bardzo wrażliwą i podniecona, stosowali względem nich różne praktyki czarodziejskie, łącząc sztukę leczenia z gusłami i zabobonami. To też ludzie, szukający w niej rzeczywiście światła i prawdy, z wielkim trudem musieli je zdobywać.

Z zaprowadzeniem chrześcijaństwa w Polsce duchowieństwo, a zwłaszcza zakonnicy, pielęgnowali sztukę leczenia: klasztorom też zawdzięczamy początki uprawy u nas ziół aptekarskich, szczególniej sprowadzonych z południa.

Szperając w dalekiej przeszłości zielnictwa, znajdujemy w Piśmie Świętym wzmianki o 100 roślinach.

Hippokrates w swych dziełach podaje niejasne opisy 150 roślin, a słusznie uważany za patriarchę botaniki uczeń Arystotelesa, sławny Teofrast, żyjący w III w. przed Chrystusem, opisał około 500. W cztery wieki po Teofraście Dioskorides wyciągnął z zapomnienia botanikę i zamieścił w swych dziełach 1200 gatunków roślin. Dzieło to przez 15 stuleci było jedynym źródłem wiadomości botanicznych i dopełnione zostało w średnich wiekach opisami jeszcze 200 gatunków przez arabskich i perskich lekarzy.

Od XIII do XV wieku botanika pogrążona była w ciemnościach. Powtarzane wydania dzieł Dioskoridesa, przy niewłaściwości zawartych w nich opisów i fałszywym tłumaczeniu wschodnich lekarzy, zrodziły zamieszanie w nomenklaturze roślin, zaczęto więc w różnych krajach odbijać podobizny roślin i pracować nad ich poznaniem, przez co liczba opisanych gatunków stale się zwiększała.

Do Hieronima Bock'a (Tragus, 1542 r.) trzymano się alfabetycznego porządku w opisywaniu roślin, dopiero Konrad Gessner (1541 r.) wpadł na pomysł podziału na gromady, rodzaje i gatunki, opierając się na budowie kwiatu i owocu.

Wtedy to botanika oddzielona została od medycyny i zaczęła się rozwijać jako samodzielna nauka. Liczba opisanych gatunków stale wzrastała, pojawiły się dzieła: Lobeliusa, Clusiusa, wreszcie Jana i Kacpra Bauhinów, lecz do r. 1700 wciąż jeszcze botanika błąkała się po manowcach głównie z powodu niezgodności w nazywaniu ziół.

W początku XVIII w. Turnefort zaprowadził w botanice pewien porządek, lecz jego nomenklatura rodzajowa, obciążona mnóstwem charakterów, oznaczających gatunek, a zamieniająca nazwę rośliny, przy poznawaniu coraz nowych roślin, stała się wprost niemożebną.

Zadziwiający geniusz wielkiego Lineusza w połowie XVIII wieku zdarł wreszcie zasłonę prawdy ze świata roślinnego i powstał jego układ płciowy, pod który doskonale podciągnąć można wszystkie znane rośliny.

Polska literatura botaniczno - lekarska powstała w połowie XVI w. Pierwszy wydał dzieło (nieznanego tytułu) o roślinach Stefan z Kobylina, zwany Stefankiem albo Falimierzem, w r. 1534 (dzisiaj niezmiernie rzadka książka). W trzy lata później, bo w r. 1537 ukazało się dzieło doktora Szymona z Łowicza (Aemilius Macer de herbarum virtutibus cum veris figuris herbarum). Lekarz Zygmunta Aug. — Hieronim Spiczyński napisał dzieło: „O ziołach tutecznych i zamorskich i mocy ich, a ktemu księgi lekarskie wedle rejestru niżej nowo wypisane wszem wielce użyteczne“, Cracoviae ap. Ungler, 1554 r. Herbarz Marcina Siennika p. t. „Herbarz to jest ziół tutecznych, postronnych y zamorskich opisanie, co za moc mają, a jako ich używać, tak ku przestrzeżeniu zdrowia ludzkiego, jako ku uzdrowieniu rozmaitych chorób“, w Krakowie u Mikołaja Scharfenbergera, 1568 r. Aleksander Oczko wydał swą pracę w 1581 r. W 1595 r. wyszedł z druku „Herbarz polski“, to jest o przyrodzeniu ziół i drzew rozmaitych i innych rzeczy do lekarstw należących doktora

Marcina z Urzędowa czyli Urzędowskiego. W r. 1613 wyszedł „Zielnik“ doktora Szymona Syreniusa (Syreńskiego). W 1786 r. ks. Krzysztof Kluk wydał „Dykcjonarz roślinny”, inne dzieła jego wyszły od r. 1777—1778.

Dzieła późniejszych ziołopisarzów polskich są przeważnie już czysto botaniczne i o stosowaniu ziół w lecznictwie nie traktują [1]).

Co do ogrodów botanicznych, naturalnie obejmujących przede wszystkim rośliny lecznicze, to pierwszy był założony w Pizie 1544 r. przez Kosmana z Medicis, księcia Florencji, w Krakowie 1774 r., w Wilnie 1778 r.

Królowa Maria Ludwika w r. 1650 założyła dwa ogrody botaniczne w Warszawie, jeden obok pałacu Kazimierowskiego i drugi — pod zamkiem, lecz ogrody te z powodu niedbalstwa zaginęły. Gdy powstała szkoła lekarska w Warszawie, w 1810 r. założył prof. Fryderyk Hoffman ponownie ogród botaniczny przy pałacu Kazimierowskim, lecz obecny warszawski ogród botaniczny dopiero powstał za panowania cesarza Aleksandra I.

---

[1]) Ponieważ nas interesują wyłącznie zioła, więc na tym zakończę, dla wiadomości jednak czytelników przytoczę, że w lecznictwie były stosowane takie wstrętne środki, jak: mumia egipska, skorpiony, tarakany, stonogi itp. Nie znając innych środków na wywołanie wymiotów, w oczach chorego skrobano czaszkę ludzką i proszek dawano wypić. Nowe teorie, wprowadzane do medycyny, spotykały opór i niechęć lekarzy, dosyć przytoczyć Jennera, którego szykanowano i wyśmiewano za to, że szczepiąc ospę krowią, chciał zbydlęcić ludzkość. Medycyna więc, podobnie jak religia, miała swych męczenników.

LECZNICTWO LUDOWE, POTRZEBA POZNANIA GO, ZNACHORSTWO

Zapytany pewnego razu przez króla Stańczyk, jakiego zawodu ludzi jest najwięcej na świecie, bez namysłu odpowiedział — doktorów (w znaczeniu lekarzy). Chcąc dowieść swego, wyszedł na miasto z podwiązaną twarzą, a ponieważ był osobistością ogólnie znaną i popularną w Krakowie, każdy przechodzień zatrzymywał go i zalecał swoje lekarstwo na ból zębów.

Wzajemne doradzanie sobie rozmaitych leków jest już słabością ludzką, ale szczególniej wybitnie występuje na wsi, gdzie wiara w lekarzy jest słabsza, zasięgnięcie ich porady trudniejsze, a matka natura każde stąpnięcie ludzkie uściela przeróżnym zielem. Przecież to ziele wszędzie ciśnie się w oczy, patrzy tak wymownie swym barwnym kwiatem, jakby chciało wyrzec: zażyj mnie, a będziesz uzdrowiony. Ale Stwórca zaklął mowę tych ziół, bo człowiek nie znałby choroby, zatwardział w pysze i samolubstwie, od których otrzeźwia dopiero przykucie do łoża boleści.

Medycynę ludową uprawiają przede wszystkim kobiety, szczególniej starsze, oddając się tej sztuce z pewnym zamiłowaniem i zwykle bezinteresownie. Pochodzi to po części z litości, głównie jednak z jakiegoś dziwnego pociągu do leczenia, niewątpliwie odziedziczonego pokoleniami po odległych przodkach. Mówiąc o kobietach wiejskich, odróżniamy je od zawodowych znachorek i znachorów, o których wspomnę później.

Medycyna ludowa stąpa, że się tak wyrażę, poomacku, aby leczyć bowiem świadomie, trzeba być do tego przygoto-

wanym, leczenie to więc uważam za symptomatyczne albo też domyślne. Leczeniu ludowemu towarzyszą dwie okoliczności: pierwsza — to niezbyt ścisła znajomość działania ziół w pewnym kierunku, i druga — straszna gmatwanina w polskiej ludowej terminologii botanicznej, czyli nazwach roślin (wprawdzie w innych językach mamy zupełnie to samo, opierać więc się można tylko na łacińskim).

Z powyższych przyczyn albo każda okolica, stosownie do posiadanej flory, stosuje zupełnie różne lekarstwa w jednych i tych samych chorobach, albo mniej więcej są one też same, lecz nazywane inaczej. Z wyjątkiem roślin tak pospolitych, że spotkać je można zarówno w górach jak nizinach, na glinach, piasku i czarnoziemie, różnice w stosowaniu ziół być muszą, gdyż tak wskazuje sam rozum.

Biorąc to wszystko pod uwagę i dołączając do tego małą ruchliwość naszego ludu wiejskiego, nie przerzucającego się łatwo z jednej miejscowości w inną, dojdziemy do wniosku, że wogóle rozszerzanie się uznania dla jakiegoś leczniczego ziela jest niezmiernie trudne w sferach ludowych.

Ponieważ u ludu spotykamy bardzo cenne lekarstwa, przy pomocy których niejeden chory, uznany za nieuleczalnego, przyszedł do zdrowia, nie można obojętnie zamykać oczu przed lecznictwem ludowym, bagatelizować albo ryczałtem potępiać, ale przeciwnie, trzeba dołożyć wszelkich starań, aby je poznać na całym obszarze ziem polskich.

Jest to wdzięczna i przyjemna praca dla wszystkich oświeconych ludzi, zamieszkujących prowincję, a poniekąd obowiązek względem bliźnich i samej ojczyzny. Rozrzuceni po całym kraju aptekarze i medycy powinni wnikać w lecznictwo ludowe, zainteresować się nim najwięcej, przede wszystkim jako ludzie mający pewne obowiązki względem nauki, a poza tym jako specjaliści, mogący już zgromadzony materiał do pewnego stopnia ocenić.

Doskonale rozumiem, że zgromadzony surowy materiał w wymienionym zakresie będzie nadzwyczaj mozolnym i trudnym do obrobienia z powodu zawikłanej ludowej terminologii roślin, ale też do rozwikłania tej kwestii aptekarze i medycy najwięcej posiadają przygotowania i najwięcej zrobić powinni.

Zrozumiał to doskonale i ocenił W. Ks. Oldemburgski w Rosji. Po ukończeniu wydziału medycznego w Paryżu ks. Oldemburgski zainteresował się szczególniej ziołolecznictwem i po powrocie do Rosji, mając do dyspozycji cały aparat administracyjny olbrzymiego państwa, rozpostartego w dwóch częściach świata i zaludnionego przez różne plemiona ludzkie, postanowił wyzyskać go dla zebrania materiału do lecznictwa ludowego.

Był to pomysł wielki i on tylko mógł go wykonać gdyż miał potrzebną władzę, niezrównanie bogaty materiał do wyzyskania i dla sprawdzania wartości leków specjalnie urządzony Instytut eksperymentalnej medycyny w Piotrogrodzie (obecnie Leningradzie).

Niestety całemu zamierzeniu zaledwie po rozpoczęciu go położyła kres wojna światowa, zdążono jenak znaleźć cenny środek na tamowanie krwotoków — Pieprz wodny (Polygonum hydropiper), ziele krajowe przewyższające działaniem Gorzknik kanadyjski, środek niedostępny dla kieszeni ubogiej.

Pozostaje mi jeszcze powiedzieć kilka słów o znachorkach, znachorach i owczarzach. Powyższe trzy nazwy uważać można za analogiczne, określają one bowiem typ „lekarza domorosłego“, który wiedzy medycznej nigdzie nie pobierał, jest jednak „doktorem z Bożej łaski“. Typ znachora nie jest wyłącznie naszym, występował on bardzo licznie w carskiej Rosji oraz w zachodnich krajach Europy, gdzie lekarze mieszkają nawet po wsiach i pomoc ich jest wielokrotnie tańsza, niż u nas.

Dowodzi to, że znachor nie jest bynajmniej zjawiskiem przejściowym, obecność jego nie może być miernikiem kultury danego kraju, stworzyła go poprostu potrzeba i dlatego też żadne prześladowania znachorstwa ze strony władz wytępić go nie zdołają. (W Niemczech było według statystyki 30 tys. znachorów).

Jakąż może być ta potrzeba? Oto człowiek chory, nie widzący przed sobą nadziei wyzdrowienia, staje się przygnębiony, apatyczny, nic go nie może ucieszyć ani rozweselić, widzi bowiem przed sobą tylko jedno — nieubłaganą śmierć. Na lekarzy patrzy z politowaniem, gdyż cała ich wiedza jest dlań tak nędzna i maluteczka, że streszcza się w zerze: wysilili mózg i nic mu nie pomogli.

Wtedy, gdy mu ktoś wskaże strzępek choćby nadziei, chwyta się go oburącz, gdyż nic ponad to mu nie zostaje. Takim ostatnim przeblyskiem nadziei staje się właśnie pomoc owczarza czy znachora. Chory szuka go często bardzo daleko i zasięga porady, a to daje mu przede wszystkim nadzieję, wlewa nową otuchę, a niekiedy i pomaga.

Często taki znachor czy owczarz, posiada sekretny jakiś środek na jedną chorobę i leczy ją rzeczywiście; w tym wypadku przynosi on niezaprzeczenie społeczeństwu korzyść.

Co do znachorów czy owczarzów, leczących wszystkie choroby, to bez kwestii uważać ich można za szarlatanów, prawo więc powinno na tyle czuwać nad działalnością znachora, aby leczenie jego nie przechodziło w zwykłe oszustwo i wyzysk pacjentów.

Jaki znachor cieszy się największym powodzeniem? Oto przede wszystkim człowiek prosty (albo udający takiego),

dalej oryginał, przy tym niemłody i mówiący pacjentowi jego chorobę bez wypytywania się o symptomaty (na to są rozmaite sposoby). Czyni on odrazu wrażenie na pacjenta i wzbudza do siebie wiarę, a to daje mu już pewien oręż przeciwko chorobie; jeżeli dołączy się do tego zalecenie udatnego środka, chory może się znacznie poprawić, nawet wyleczyć. Zwykle owczarze tacy są to ludzie sprytni, szybko orientujący się, często fizjonomiści; posiadają przy tym zwykle znajomość kilku środków dobrych, którymi umieją manewrować, a przecież wiemy, że często bardzo prosty środek więcej pomoże, niż wyszukane lekarstwo.

KILKA PRZYKŁADÓW DZIAŁANIA ROŚLIN

Kto by zadał sobie trud porównania kilku farmakologii odnośnie do działania jednej rośliny, znalazł by często zupełnie różne zdania autorów, czyli że wiele roślin pod względem farmakologicznym dotąd nie jest dostatecznie zbadanych. To samo potwierdzają lekospisy, porównane z kilku dziesiątków lat, gdyż znajdziemy w nich pewne rośliny to usuwane, to znów przywracane i uznawane za oficjalne, choćby np. konwalia.

Tak jak nie można powiedzieć o roślinach, raz wykreślonych z lekospisów, to znów do nich wpisywanych, aby działanie ich wielostronnie i ostatecznie zbadano, byłoby również wprost zacofaniem i bezmyślnością potępiać albo lekceważyć te wszystkie zioła, których działania bądź nie sprawdzono, bądź przypisywano im własności inne, aniżeli one rzeczywiście posiadają.

Że tak jest istotnie, przekonywują nas liczne przykłady wyleczenia się ludzi doradzonymi przez kogoś ziołami, wtedy, kiedy medycyna nie mogła już znaleźć dla nich lekarstwa.

Jeżeli własności roślin orzekać będziemy teoretycznie, na zasadzie jedynie wspólnego ich podobieństwa pod względem zawartości składników działających, to pogląd taki będzie mylny i rzeczywistość okaże zupełnie co innego. Dla przykładu porównajmy dwie rośliny: ślaz i żywokost. W składzie ich znajdziemy niemal zupełne podobieństwo, w ogromnej ilości ciała śluzowate, krochmal, cukier i aspa-

raginę; na zasadzie powyższego składu farmakologia zalicza te rośliny do grupy tzw. powlekających i na tym koniec. Zatem mogą się one wzajemnie zastępować, jak również mogą być zamieniane np. nasionami pigwy, babki piaskowej, wreszcie siemieniem lnianym.

Teoretycznie wszystko jest w porządku, lecz doświadczenie pokaże zupełnie co innego, bo gdy żywokostem daje się wyleczyć wiele chorób płucnych, krtani i gardła, to wymienione wyżej zastępcze środki tego nie dokonają. Może to posłużyć za dowód, że działanie pewnych nawet najpospolitszych roślin nie jest należycie wypróbowane i wiele ziół zupełnie lekceważonych stanowi znakomite lekarstwa.

Pewnego razu zaobserwowałem następujący fakt:

Panowała jakaś epidemia drobiu i mnóstwo kur wyzdychało po wsiach.

Wyszedłszy nieco za wieś, między ogrody warzywne, napotkałem świnię, z wielkim apetytem jedzącą zdechłą, rozkładającą się kurę. Było gorąco, ludzie pracowali w polu i świnia wykorzystała swobodę. Po spożyciu cuchnącej padliny świnia ułożyła się opodal wygodnie do spoczynku, lecz po upływie jakichś pięciu minut zerwała się i zaczęła biec. Stało się to tak nagle, że zacząłem świnię obserwować. Węsząc, przebiegła ogrody i zatrzymała się dopiero na kawałku ziemi, zarośniętym tzw. rdestem ptasim (Polygonum aviculare), przez jakiś czas zajadała go chciwie, po czym ułożyła się powtórnie do spoczynku.

Z tego wywnioskowałem, że świnia uczuła się źle po spożyciu owej kury i pobiegła się leczyć.

Wiadomo powszechnie, że świnie pożerają wszystko, co tylko może być najobrzydliwszgo, ale zawsze chciwie jedzą rdest ptasi, z tego powodu u ludu nazywany świńską trawą.

Widocznie rdest ów posiada jakąś siłę trawiącą, przy której zjadanie podobnych pokarmów uchodzi bezkarnie.

Napój z rdestu ptasiego jest powszechnie używany w Niemczech i ziele to, pakowane w kartony pn. „Russische Knöterich Familien Tee“ sprzedawane jest masowo po drogeriach i sklepach spożywczych.

Przytoczę fakt wyleczenia się rdestem ptasim na kamień nerkowy (Nephrolythiasis).

P. Gr. ciężko zachorował i ulokowano go w jednym z domów zdrowia w Warszawie. Stan chorego pogarszał się stale, a roentgenowska fotografia stwierdziła obecność w nerce kamienia. Lekarze podali, jako jedyną radę, operację, ale, ze względu na niebezpieczeństwo, podjąć jej się nie chcieli. Chory wrócił do domu i z trudem chodził przy pomocy dwóch kijów, niemal na czworakach.

Widząc to, jedna z kobiet wiejskich zaleciła mu pić rdest ptasi i ku ogólnemu zdziwieniu po 6-iu tygodniach chory znacznie się poprawił i powoli wyzdrowiał.

Co się stało z kamieniem, nie wiadomo, bowiem powtórne prześwietlanie kamienia już nie znalazło.

Czy taki kamień mógł sam przez się rozpuścić się, czy rozpuściła go stale pita herbata z rdestu ptasiego? Na to odpowiedzieć trudno.

Pewien urzędnik celny zapadł na chrypkę tak silną, że nie mógł wydawać żadnego głosu i doszło wreszcie do tego, że porozumiewał się na migi albo piśmiennie. Wszelkie stosowane środki nic nie pomagały i chory niemal przez półtora roku nie odzyskiwał głosu. Jakiś wieśniak poradził mu wtedy pić wystały odwar żywokostu i już po upływie kilku dni chory zaczął mówić, a po tygodniu wyleczył się zupełnie.

Osób, wyleczonych żywokostem z wieloletniego kaszlu, znałem kilkanaście.

Pewna osoba miała na szyi i twarzy wstrętne, swędzące plamy żółciowe, na które żaden przepisywany środek nie pomagał. Plamy rozszerzały się i ogromnie szpeciły damę. Stary ogrodnik wiejski poradził nacieranie co wieczór nalewką spirytusową, sporządzoną z ciemiernika [1]) zielonego (Helleborus viridis). Po dwu, czy trzykrotnym natarciu plam zmoczoną w nalewce watą i zmyciu rano mydłem plamy żółciowe zginęły zupełnie.

Środek ten pomógł wielu osobom, lecz niestety, w aptekach dostać go nie można, bo zwykle, zamiast nalewki ciemiernikowej, dają nalewkę ciemierzycową, a to w danym wypadku nie pomaga wcale.

Zaiste wydaje się dziwnym, jak częstokroć pozornie najpospolitszy środek może wyleczyć bardzo ciężką chorobę. Dosyć przytoczyć fakt wyleczenia owrzodzenia kiszek powidłami z jagód bzu czarnego. Chorą była młoda kobieta; zdecydowano wykonać bardzo ciężką operację, której miała się poddać. Blada, wycieńczona, niemal przezroczysta wyczekiwała tej ciężkiej chwili, gdy los mi ją nastręczył i poleciłem jej używać powidła bzowe. Chora jadła trzy razy dziennie po łyżce i w kilka tygodni wyzdrowiała. Podobny fakt wyleczenia owrzodzenia kiszek powidłami bzowymi sprawdziłem raz jeden jeszcze.

Jakim znakomitym lekarstwem jest cebula ogrodowa, potwierdzi to, co podaję niżej:

Służąc w armii rosyjskiej przez ciąg wojny światowej, miałem do dyspozycji specjalny pociąg (27 aptekę polową, właściwie ruchomy skład dla zaopatrywania szpitali polowych zachodniego frontu) i jeździłem w pasie, gdzie ludność już pouciekała i wszelkie zasiewy nie istniały.

---

[1]) Ciemiernik — Helleborus viridis trzeba odróżnić od ciemierzycy (Veratrum). Sa to dwie rośliny wcale z sobą nie spokrewnione. Pierwsza należy do Ranunculaceae pl. Helleboreae, druga zaś do Liliaceae-Veratreae

Żadnych warzyw ani zieleni nie było i odżywiałem się bardzo intensywnie, ale bez pokarmów roślinnych. Z wadliwego odżywiania osypany zostałem przez wielkie bolesne wrzodzianki na całym ciele i z wielkim trudem wyleczyłem się z nich drożdżami — pijąc i okładając, ale krew nie została oczyszczona i zaraz po powrocie do kraju sformował mi się olbrzymi, bo wielkości deserowego talerza i koło samego krzyża antrax.

Gdy się już antrax dostatecznie zebrał, należało go wyciąć i wyczyścić. Operacja nadzwyczaj bolesna, której miało dokonać dwóch lekarzy. Nóż jest bardzo sympatycznym narzędziem do krajania chleba, mięsa, obierania owoców, nawet temperowania ołówka, ale nie pociąga bynajmniej, gdy idzie o własny grzbiet; to też postanowiłem go uniknąć.

Znając dezynfekcyjne oraz przegryzające działanie cebuli, kazałem jej upiec ogromny, głęboki talerz i po domieszaniu do niej miodu, przyłożyłem całą przygotowaną porcję na wrzód i dobrze podwiązałem ręcznikiem. Było to wieczorem. Rano poczułem, że mi obwisa coś ciężkiego, więc odwiązałem ręcznik i okazało się, że cały antrax wyleciał, a na jego zaś miejscu pozostał ogromny głęboki dół z kilkunastoma rdzeniami, które bez żadnego bólu dały się powyciągać. Naturalnie zagojenie było już rzeczą łatwą, bo przy przemywaniu rumiankiem i okładaniu plastrem melilotowym nastąpiło w ciągu dwóch tygodni.

Mówiąc o cebuli muszę nadmienić, że znałem kilka osób, które z męczącego i parę lat trwającego kaszlu wyleczyły się pieczoną cebulą z miodem, którą przyjmowały dwa razy na dzień ze szklanką gorącego mleka.

Podobnie jak cebula, może nawet silniej działa na kaszel czosnek. Zwykle przyjmują czosnek utarty oraz dodają do niego miód i masło. W takiej formie np. z chlebem, przyj-

mowany jest czosnek 2—3 razy dziennie. Gdy idzie o leczenie sklerozy wystarcza raz na noc duży ząbek.

Na dowód, jak mało zbadane są rośliny pod względem ich leczniczych własności i jak przy swym znakomitym działaniu idą w zapomnienie albo są zastępowane innymi środkami, bezwzględnie gorszymi, posłużyć może paprotka pospolita (Polypodium vulgare). Pewna dama zamieszkała w Dorpacie od kilku lat chorowała na pęcherz i nerki, przy czym stale oddawała urynę ze znaczną domieszką materii, do tego stopnia, że przybrała formę zgęszczoną; oczywiście, kobieta chudła i mizerniała coraz więcej. Żadna kuracja ani stosowane środki nie pomagały i choroba przechodziła w stan groźny.

Gdy pewnego razu opowiadała komuś o swej chorobie na targu, usłyszał to jakiś wieśniak, podszedł do chorej i poradził jej pić odwar z paprotki, którą nawet przywiózł jej przy następnej bytności w mieście. Gdy dama zaczęła pić odwar z korzenia, właściwie trzonu paprotki, stan jej zdrowia zaraz się polepszył i po dwóch tygodniach nastąpiło zupełne wyzdrowienie.

Lekarze, którzy dawniej leczyli chorą, dowiedzieli się od niej o wprost zdumiewającym działaniu doradzonego leku i zaczęli przepisywać go podobnie chorym z doskonałym skutkiem.

Nie mogę tu zamilczeć o pewnym fakcie doraźnego wyleczenia się pewnej, nawet zamożnej kobiety, żony pewnego młynarza z uciążliwego i trwającego lat kilka cierpienia, polegającego na stałym, bez czucia sączeniu się uryny. Miało to bardzo przykre skutki, gdyż pomijając już wstrętną przypadłość, nogi cierpiącej były obrzękłe, zapalone i pokryte strupami, co sprawiało stały dokuczliwy ból i utrudniało nawet chodzenie.

Lekarze ani okoliczni ani warszawscy, wreszcie i urolodzy w Toruniu i Wrocławiu nic nie mogli pomóc i chora przygotowana była pędzić taki przykry żywot.

Trafiła mi się ta chora i postanowiłem spróbować działania jednej rośliny, noszącej botaniczną nazwę Rdestu ziemnowodnego (Polygonum amphibium). Mężowi chorej opisałem jak roślina wygląda, gdzie może rosnąć i wkrótce przyniósł mi świeżo znalezioną. Kazałem korzenie wymyć, bardzo drobno pokrajać, naparzyć i pić jako napar. Zaraz nastąpiła poprawa, a w ciągu kilku dni choroba zupełnie ustąpiła.

Podczas mojej bytności nad Wołgą poznałem niejakiego Fedora Abramowa, który pracował w utworzonej przez W. ks. Oldemburskiego organizacji (organizacja po zboru kulturie i zagatowkie lekarstwiennych rastenii dla armii) i mieszkał w Symbirsku. Abramow głosił jakąś nową sektę chrześcijańską i między gorliwymi wyznawczyniami była pewna staruszka, która mieszkała za Uralem i leczyła pewnym zielem gruźlicę (suchoty). Przed śmiercią wyjawiła ten sekret Abramowowi. Będąc w Symbirsku Abramow pokazał mi cały tłomok listów dziękczynnych od osób wyleczonych. Listów tych było parę tysięcy. Roślina rosła w górach Uralskich i A. posyłał ją do trzech uniwersytetów do określenia, lecz z suchego i pokruszonego ziela nie można było rośliny określić.

Miałem obiecane nasiona tej rośliny ale nasion tej nieocenionej rośliny nie dostałem. Gdy w parę lat napisałem do Symbirska, to Abramow już nie żył, doniosła mi to pozostała wdowa.

Różnych podobnych przykładów wyleczenia się rozmaitymi ziołami mógłbym wyliczyć jeszcze wiele, atoli sądzę, że i tych wystarczy, aby nie lekceważyć ziół, ale wszelkimi spo-

sobami starać się wniknąć w ten świat i wydostać z niego ukryte skarby dla naszego zdrowia.

Przebywając rok przeszło w nadwołżańskich okolicach, miałem sposobność zetknięcia się z trzema osobnikami, byłymi pacjentami jednej znachorki (zdaje się, z gub. orenburskiej), która wyleczyła ich z syfilisu. Jak mi opowiadali, zjeżdżało się do tej kobiety setki ludzi z całej Rosji, leczyła bowiem niezawodnie. Podobno przed zadaniem pierwszej dawki swego odwaru przywiązywała pacjenta do łóżka albo słupa, gdyż każdy dostawał pewnego rodzaju szaleństwa i mógł się niebezpiecznie potłuc; następne dawki już tego zjawiska nie wywoływały.

Wiele osób, nie wyłączając nawet lekarzy, opowiadało mi o doskonałym leczeniu się z różnych chorób własnymi roślinnymi lekarstwami mongolskich plemion, żyjących na wschód od Uralu i w Turkiestanie oraz Finnów, zaludniających północno-zachodnią Rosję, jednakże lecznictwo ich dopiero ostatnimi czasy przed wojną światową zwróciło na siebie uwagę naukowego świata.

Dziwny pęd chwytania i uznawania za doskonałe wszystkiego, co obce, wszystkiego, co kosztuje drogo i przywożone jest z zagranicy, jakiś kult bezwzględnego czczenia cudzoziemszczyzny był i jest dotąd naszą znamienną cechą, lecz jeśli u nas wgryzł się głęboko, to rosyjskie społeczeństwo przeniknął nawskroś. Prąd ów, przenikający całe społeczeństwo, przedarł się i do medycyny, chętnie skłaniającej się ku towarom obcym, a unikającej swojskich. Potrzeba było aż wojny i zamknięcia granic dla Rosji, aby po wyczerpaniu zapasów Gorzknika kanadyjskiego medycyna sięgnęła do lecznictwa ludowego i na jego miejsce zdecydowała wziąć pieprz wodny.

I oto, ku zdziwieniu, ów pieprz okazał się nie gorszym, a jak niektórzy mówią, podobno lepszym środkiem do tamowania krwotoków wewnętrznych, od zamorskiego ziela.

Cudze chwalicie, swego nie znacie,
Sami nie wiecie, co posiadacie.

ZBIÓR, SUSZENIE I PRZECHOWYWANIE ZIÓŁ

Własności lecznicze w roślinach nie zawsze występują w pełni swej siły, lecz w pewnych momentach wzrostu słabną lub się wzmagają. Naturalnie do leczniczych celów powinniśmy zbierać daną część rośliny w tym czasie, kiedy ona posiada największą wartość.

Wiadomości konieczne przy zbiorze ziół lekarskich z dzikiego stanu, aby te nie straciły wartości, lecz zachowały pełną siłę leczniczą, interesują szczególniej tych, którzy stale mieszkają na wsi, a po części także i wyjeżdżających na lato i chcących sobie zebrać pewną ilość ziół do własnej kuracji.

Ponieważ w tej sprawie byłem ciągle zapytywany, przynoszono mi różne zebrane zioła dla oceny ich wartości, przy ocenie wielka ich część posiadała strony ujemne i do celów leczniczych była nieprzydatna, postanowiłem w krótkości opisać zasady racjonalnego zbioru, suszenia i przygotowania ziół, aby trzymając się tych wskazówek, nie miał nikt zawodu w swej pracy.

Ogólnie biorąc, trzeba — przy zbiorze ziół lekarskich trzymać się następujących zasad:

Korzenie zbiera się w czasie spoczynku rośliny, więc przed zimą i na wiosnę, do okresu, kiedy zaczną wychodzić liście. W korzeniu bylin skupia się na zimę całe życie rośliny i zapasy, jakie ona sobie nagromadziła przez całe lato, więc rzecz naturalna, że w tej porze korzeń posiada najwięcej siły leczniczej. Korzenie, po wyjęciu z ziemi, powinny być dokładnie

wymyte, lecz szybko, aby nie mokły, następnie trzeba je obsuszyć z wody i dopiero można pokrajać, naturalnie najdrobniej. Nie robi to żadnej różnicy, czy suszenie odbywać się będzie w cieniu, czy na słońcu. Jesienią suszenie korzeni idzie opornie, praktycznie jest zatem zbierać je wcześnie, na wiosnę. Niektóre korzenie, jak np. żywokost, po umyciu pozostawia się w całości, rozpościerając w przewiewnym miejscu, a dopiero gdy zupełnie zwiędną (utracą co najmniej połowę wilgoci), mogą być pokrajane i dosuszone. Kto chciałby do suszenia korzeni zastosować sztuczne ciepło (na suszarni), to korzenie bez zapachu podsuszać należy w + 35° C, a dosuszać w + 40° C; korzenie aromatyczne — podsuszać w + 30° C, a dosuszać w + 35° C.

Korę zbierać należy tylko na wiosnę, gdy drzewa i krzewy puszczają soki, czyli dostają miazgi. Zdjęta kora powinna być wysuszona szybko albo w dobrze przewiewnym miejscu, albo wprost na otwartym powietrzu, z tą jednak ostrożnością, aby nie spleśniała lub zgniła i aby jej nie zmoczył deszcz.

Pączki (topolowe, brzozowe) przed pęknięciem i wypuszczeniem liści nabierają lepkości, aromatu i wtedy powinny być zbierane; z chwilą bowiem, kiedy zdążą się otworzyć i wypuścić listki, tracą już na wartości. Zbiór wypustek sosnowych trwać może tak długo, póki nie przekroczą długości 4 cm, tj. posiadają łuskę jeszcze dostatecznie przylegającą. Pączki suszyć można na otwartym powietrzu, lecz chronić je należy od zmoczenia.

Liście zbierać należy, gdy zupełnie dojrzeją, co określa się mniej więcej kwitnieniem rośliny. Zbyt stare liście lub zaczynające się psuć tracą wartość zupełnie. Niektóre liście np. brzozowe, zbiera się bardzo młode, niedorosłe, miękkie i lepkie, posiadające jeszcze na powierzchni lepką żywicę. Suszyć liście można tylko w cieniu; w sztucznym cieple — w tempe-

raturze + 30° do 35° C. Liść dopiero wtedy jest suchy, kiedy jego ogonek i nerw środkowy łamią się przy nagięciu, sama bowiem blaszka liściowa wysycha szybko i kruszy się, gdy ogonek i nerwy są jeszcze mokre; aromatyczne suszyć należy tylko w naturalnym cieple.

Ziele, to znaczy cała roślina, zatem łodygi, liście i kwiaty (a niekiedy razem i korzenie, np. krzyżownica gorzka), zbierać się powinno w czasie kwitnienia, właściwie w okresie, gdy się ono rozpoczyna. Suszyć należy zawsze w cieniu; w sztucznym cieple, w temperaturze takiej jak liście.

Kwiaty. Rozróżnić tutaj należy: kwiaty zbiorowe albo kwiatogłówki, np. rumianek, wrotycz, gdzie na wspólnym dnie kwiatowym znajduje się mnóstwo drobnych, zwartych kwiatków; kwiaty całe obrywane z szypułką i kielichem, np. malwa czarna, ślaz, ostróżka zbożowa; kwiatostany z przykwiatkiem, jak lipa; korony kwiatowe wyskubane z kielicha; np. dziewanna, jasnota; płatki kwiatowe np. nagietek, chaber. Wszystko to, pod ogólną nazwą kwiatów, zbierać należy zaraz po rozkwitnięciu, nie czekając przekwitania, gdyż wtedy kwiat całkowicie utraca swą wartość. Bez czarny suszenia w słońcu bezwzględnie nie znosi, gdyż zaraz czernieje, dziewannę i rumianek można suszyć na słońcu, pozostałe najlepiej w cieniu.

Nasiona i owoce suche, np. gorczyca, babka piaskowa, kozieradka (nasiona) i koper włoski, karolek, kolender, gałucha wodna, anyż (owoce suche), należy sprzątać już na dojrzeniu, lecz wilgotne (aby się nie osypały), dosuszać i dopiero omłócać, po omłóceniu zaś pozostawić jeszcze jakiś czas rozłożone cienką warstwą w miejscu suchym i przewiewnym, aż utracą resztę wilgoci; wtedy dopiero mogą być zsypywane do worków.

Owoce soczyste, jak: róży polnej, szakłaku, maliny, poziomki, czernice itp., suszyć trzeba w piecach albo na suszarniach w temperaturze + 35° do 45°. C.

Po wysuszeniu trzymać w workach płóciennych, zawieszonych w przewiewnym i suchym miejscu.

W ogóle wszystko można zbierać tylko w czasie pogodnym, suchym i po obeschnięciu rosy.

Uważać również trzeba, aby zebrane zioła nie zagrzały się, zanim zostaną rozpostarte do suszenia.

Dosuszać należy wszystko dokładnie, gdyż zioła źle dosuszone tęchną w przechowaniu, często nawet pleśnieją i zatracają własności lecznicze.

Im dana część rośliny przy suszeniu mniej zmieni zabarwienie pierwotne tym więcej zachowa swych własności leczniczych. Wyjątek stanowią tutaj ślazik leśny i mak polny, których kwiaty po ususzeniu zmieniają kolor na fioletowy.

HERBATY ZIOŁOWE I KAWA ŻOŁĘDZIOWA

Zagranicą, a przede wszystkim w Niemczech użycie ziół jest tak rozpowszechnione, że piją je chorzy jako lekarstwo, zdrowi zaś jako herbatki codzienne dla wzmożenia różnych funkcji organizmu, uczynienia go odporniejszym przeciw chorobie, celem przedłużenia młodości i życia.

Herbata. Tak zwane różne „Familientee" pijane są w Niemczech zamiast herbaty chińskiej, która to, jak ją zanalizował przed kilkudziesięciu laty ś. p. magister farm. Alfons Bukowski, stanowiła przeważnie liście innych roślin, najczęściej wierzbówki (Epilobium angustifolium); wprawdzie analiza wykazała w pewnych gatunkach faktycznie liście krzewu herbacianego, często jednak już naparzane.

Czy lepiej jest pić odwar z liści nieznanych, sztucznie barwionych i podrabianych na herbatę, czy prawdziwą herbatę chińską, zawierającą szkodliwą dla organizmu teinę, czy wreszcie wiadome zioła, przede wszystkim zdrowe; na to odpowie sobie najlepiej sam czytelnik.

Tak samo jak rozmaity bywa smak herbat, znajdujących się w handlu, podobnie można zestawić wedle gustu kompozycje ziołowe i otrzymywać owe herbaty domowe stosownie do upodobania.

Nadmieniam, że wszelkie liście, mające służyć za herbatę codziennego użytku, należy doskonale zafermentować [1])

[1]) Fermentacja polega na ułożeniu 6—8 cm warstwy liści, którą się przyciska. Liście zagrzewają się i zatracają zieloność, wilgotnieją i przechodzą w zbrunatnienie. Wtedy trzeba warstwę przejrzeć, liście z zielonością wybrać i powtórnie ułożyć do zbrunatnienia, zbrunatniałe w b. cienkiej warstwie rozpostrzeć w miejscu ciepłym i przewiewnym, (nawet na otwartym powietrzu) dokładnie wysuszyć.

w workach i dopiero starannie wysuszyć. Liście niefermentowane dają napój o smaku niemiłym, przypominającym surowiznę, bez właściwego zabarwienia i zapachu.

Zaznaczam tutaj, że do każdego smaku herbaty trzeba się przyzwyczaić i tak np. jeżeli ktoś stale pije pewien gatunek herbaty chińskiej i spróbuje, przypuśćmy, naparu ogonków albo liści wiśniowych, na razie mu one nie będą smakowały, gdy jednakże popije je tydzień, dwa i spróbuje ponownie dawniej używanej herbaty, wówczas straci ona dla niego smak zupełnie i pić jej nie zechce.

Poniżej kilka mieszanek na dobre herbaty:

1) Liści	malin	1 cz.
„	poziomek	2 „
„	jeżyny	3 „

zmieszać razem, upchać w worku, okryć i fermentować aż do zbrunatnienia, wysuszyć dokładnie, porżnąć w paski i zamknąć w pudełku lub szkle.

2) Liści	malin	1 cz.
„	borówek	2 „

zmieszać razem, przygotować jak wyżej.

3) Liście wiśni kwaśnej

przygotować jak wyżej.

4) Ogonki wiśniowe

trzeba doskonale wymyć, obsuszyć z wody, doskonale zafermentować i wysuszyć, a następnie drobno pokrajać, i przechowywać zamknięte. Ponieważ zawierają kwas, przeto przy naparzaniu dodawać odrobinę sody.

Z ogonków wiśniowych można jeszcze przygotować esencję na zapas. Jest to właściwie płynny wyciąg (ekstrakt), dodawany kroplami do zagotowanej wody. Na taki ekstrakt ogonki wymyte, wysuszone i drobno pokrajane gotują się nalane wodą i z małym dodatkiem sody, przez 1/2 godziny, przy

czym zdejmowana jest piana. Odcedzony płyn wyparowywa się na wolnym ogniu (unikając przypalenia) i gdy dojdzie do gęstości śmietanki, zlewa się do butelki i zakorkowywa. Gdyby zachodziła obawa pleśnienia, dodać trochę mocnego spirytusu i zmącić.

5) Liści pysznogłówki (Monarda didyma)	1 cz.
„ wiśniowych	4—5 „

liście pysznogłówki podsuszyć nieco, zmieszać ze świeżymi wiśniowymi i zafermentować.

Wszystkie powyższe herbaty nabierają wykwintnego smaku i zapachu, gdy do zamkniętego z nimi naczynia włożyć trochę płatków kwiatu Róży francuskiej (Rosa gallica).

Dla dzieci wątłych, skrofulicznych albo cierpiących na angielską chorobę, daje znakomite wyniki następująca herbata:

6) Liści orzecha włoskiego	2 cz.
„ borówek	2 „
Rozłogów perzu	6 „

zmieszać razem.

Liście orzecha włoskiego zebrać w czerwcu, obrač z ogonków i zapocić do zbrunatnienia, po czym pokrajać w paski i wysuszyć. Perz zebrać na wiosnę, kiedy nie ma liści ani łodyg, doskonale wymyć w kilku wodach, jak najdrobniej pokrajać i wysuszyć. Liści borówek zapocić do zbrunatnienia, pokrajać i wysuszyć. Mieszaninę powyższą należy dobrze zagotować i pozostawić na gorącym trzonie przynajmniej na godzinę. Jeżeli odwar taki będzie zgęszczony, np. z łyżki stołowej czubatej na $^1/_2$ szklanki, to należy go rozcieńczać 3-ma częściami wody i jedną mleka, czyli uważać za esencję. Napój powyższy jest słodkawy i wiele słodzenia nie potrzebuje.

Inną mieszankę, tego samego znaczenia jak powyższa, przedstawia następujący skład:

7)	Słodu jęczmiennego	3 cz.
	Rozłogów perzu	5 „
	„ turzycy piaskowej	2 „

zmieszać razem.

Słód suszony. Rozłogi perzu i turzycy piaskowej wykopane wczesną wiosną, doskonale wymyte i bardzo drobno skrajane, dopiero wysuszone. Z łyżki stołowej czubatej przygotowuje się szklankę herbaty; napar jest słodki, bardzo przyjemny w piciu, dolewany mlekiem.

o

Kawa. Z kolei zastanowimy się nieco nad kawą. Ziarna krzewu kawowego (Coffea arabica) zawierają kofeinę, prawdziwa zatem kawa jest pewnego rodzaju narkotykiem. Do kawy zwykle mieszają cykorię, dodają palone zboże, istnieje także cały szereg surogatów, mniej lub więcej zbliżonych do niej smakiem.

O ile cykoria jest rzeczywiście czysta i zmieszana bywa wyłącznie z palonymi ziarnami zbóż, surogat kawy może być zupełnie zdrowy do picia, atoli często zdarzają się w nim różne dodatki, obliczone jedynie na tanią wytwórczość, a wtedy naturalnie postać rzeczy się zmienia.

Kawa żołędziowa. Rozpowszechnione jest bardzo przygotowywanie kawy z żołędzi; jest ona bardzo zdrowa ale żołędzie powinny być koniecznie odgoryczone, pozbawione garbniku (taniny), inaczej kawa nie jest smaczna i sprowadza zatwardzenie.

Sposób przygotowania dobrej kawy z żołędzi jest następujący:

Świeże żołędzie należy nalać miękką, zimną wodą, w ilości podwójnej w stosunku do żołędzi i pozostawić tak 24 godzin. Wodę tę zlać a zagotować je w świeżej, również dwukrotnie większej, pozostawiając do ostygnięcia. Gdy ostygną, wyjąć, ususzyć, obrać z łupiny i upalić jak kawę, po czym już mleć na młynku. Do tak przygotowanych żołędzi zwykle dodawana jest cykoria, a dla nadania aromatu — nieco prawdziwej kawy bez kofeiny.

Kawa z żołędzi, w ten sposób przygotowana, jest bardzo smaczna, posilna, zdrowa i wzmacniająca, mogą ją pić zarówno dorośli, jak i dzieci a nawet rozwijają się dzięki niej bardzo dobrze, przeto powinna im służyć za codzienny pokarm, szczególniej wątłym i rachitycznym.

UŻYCIE ZIÓŁ

Wielowiekowe stosowanie ziół w różnych cierpieniach stwierdziło fakt, że pojedynczo przyjmowane zioła, choćby najlepiej przystosowane do choroby, działają zawsze słabiej, aniżeli w zastosowaniu z innymi. Przede wszystkim tam, gdzie idzie o zwalczanie choroby uporczywej, przewlekłej, zastarzałej, zawsze pewniejsze i energiczniejsze będzie działanie wielu ziół, odpowiednio dobranych, tak aby się wzajemnie wspomagały, dopełniały. Lekarze stosujący w swej praktyce zioła, uważają takie zbiorowe działanie za pewniejsze.

Na tej zasadzie oparte są mieszanki ziółek, objętych lekospisami jak St. Germain i pektoralne i in.

Różne ziółka opatentowane napływały do nas masowo z zagranicy, lecz w ostatnich czasach powstał wyrób krajowy tego rodzaju mieszanek z różną udolnością zestawionych, ale forsownie reklamowanych i wychwalanych, gdyż tego wymaga handel. Te, które wyrobiły sobie już uznanie są skromnie od czasu do czasu ogłaszane, gdyż mają już stałych odbiorców i uznanie.

Zwierzęta lecząc się roślinami, zjadają je w stanie naturalnym, człowiek jednakże musi je albo odpowiednio dla siebie przygotować, albo wyciągnąć z nich to, co właściwie działa, a poza tym resztę odrzuca jako niepotrzebny balast.

Sposoby obrabiania ziół w celu wyciągnięcia z nich składników działających są rozmaite, zacząwszy bowiem od najprostszej postaci — naparu, kończą się aż na przemyśle che-

miczno - farmaceutycznym. W domowym stosowaniu ziół używamy sposobów najprostszych, a więc: mieszanki ziołowe przyjmujemy w naparze, a niekiedy pewne zioła w proszku.

MIESZANKI ZIOŁOWE, zwane po prostu ziółkami, przygotowuje się z różnych części roślin, dobrze wysuszonych i drobno skrajanych Korzenie, o ile nie dadzą się drobno skrajać, należy przetłuc, ażeby czy to woda, czy alkohol, mogły z nich wszystkie rozpuszczalne składniki wyciągnąć. Jeżeli w skład ziółek wchodzą nasiona, jak: koper, anyż, kolender, gałucha wodna itp., bez względu na to, czy są drobne, czy duże, powinny być przetłuczone, gdyż inaczej w zupełności wyługować się nie dają.

NAPAR otrzymuje się przez zalanie ziół suszonych gorącą, miękką wodą, czyli ukropem, w naczyniu dobrze rozgrzanym albo wsypując zioła do gotującej się wody. Czy to w pierwszym, czy w drugim wypadku, zagrzane zioła powinny stać w ciepłym miejscu, lecz bez gotowania się, przez 30—40 minut, po czym płyn się zlewa lub cedzi i jest gotowy już do użytku.

Jeżeli zioła zaparzane zawierają w swym składzie śluz lub klej roślinny, właściwie dla należytego wyzyskania tych składników, napar po 20 minutach stania w gorącym miejscu należy pozostawić w zwykłej temperaturze jeszcze chociażby przez 4 godziny; kilkakrotnie w tym czasie mieszać i dopiero odcedzić. Wtedy otrzymuje się płyn gęsty, co ma ważne znaczenie, np. przy katarze dróg oddechowych i podrażnieniu narządów trawienia. Gdzie wchodzą w skład ziółek takie artykuły, jak: nasiona babki piaskowej, korzeń ślazu, żywokostu, ślaziku, kwiat malwy, ślazu, liście podbiału itp., pozostawienie naparu na 4 godziny lub dłużej jest bardzo pożądane.

ODWAR tym się różni od naparu, że zioła nalewa się miękką wodą i gotuje się przez 5—10 minut, po czym po przecedzeniu odwar jest gotowy do użytku.

O ile zioła są aromatyczne, tak napar jak i odwar gotuje się, czy naparza, pod pokrywką, aby przez to utrudnić ulatywanie razem z parą zawartego w roślinie olejku pachnącego, gdyż ten posiada pewne właściwości lecznicze i trzeba go koniecznie zatrzymać.

NALEWKI nastawia się na spirytusie zwykle 70% mocy. Stosunek ziół do alkoholu już rozcieńczonego wynosi 1 część suchego nastawianego artykułu na 5 części spirytusu (wagowo), zioła muszą być bardzo drobno skrajane, korzenie zaś przetłuczone albo podrobione na cząstki wielkości ziarna pszenicy. Zalane zioła należy ustawić albo w słońcu, albo w ciepłym miejscu i przy codziennym skłócaniu, trzymać co najmniej 8 dni. Gotową nalewkę filtruje się przez bibułę, a w braku tejże przez watę hygroskopijną (apteczną), kładąc zrobioną z niej luźną gałkę na dolny otwór szklanego lejka.

WINA ZIOŁOWE nastawia się z ziół na mocnym winie, gdyż słabe szybko ulega zepsuciu, tj. skwaśnieniu. Najlepiej jest używać win owocowych, przede wszystkim z jabłek, polnych gruszek i jeżyn. Wina takie, jeżeli będą dobrze sfermentowane, stać mogą dziesiątki lat, są wybornego smaku i zawierają do 16% naturalnie wytworzonego alkoholu [1]).

Materiały, nastawiane na winie, muszą być przygotowane jak do nalewek spirytusowych. Wino, nastawione na ziołach, powinno stać od 10—14 dni, zanim zostanie zlane a zioła trzeba wycisnąć. Przechowywać wino ziołowe należy w miejscu chłodnym i suchym.

---

[1]) Patrz moją broszurę: „Cukier, wino i miód".

Jeżeli mamy do rozporządzenia tylko wino słabe, wówczas na butelkę tego wina powinno się dodać duży kieliszek mocnego spirytusu.

Wina, podobnie jak i nalewki, zlewa się ostrożnie, unikając mącenia, pozostałość zaś odsącza się czyli filtruje, dopóki nie ścieknie do ostatniej kropli.

ROŚLINY TRUJĄCE ALBO JADOWITE

Polska flora posiada znaczną ilość ziół jadowitych lekarskich, które, umiejętnie zastosowane, stanowią najdzielniejsze lekarstwa, jednakże dla ogółu ten dział roślin musi być zamknięty, czyli że w domowym leczeniu zużytkowany być nie może.

Stosowanie wewnętrzne każdej z tych roślin wymaga przede wszystkim postawienia ścisłej diagnozy, tj. właściwego określenia choroby, następnie zastosowania w danym wypadku odpowiedniej dawki, zależnie od kompleksji, wieku i indywidualności pacjenta, dalej określenia siły działającej środka i umiejętności przygotowania samego lekarstwa. Ze wszystkich tych względów, lekarstwo z trujących roślin zalecić musi lekarz, przygotowywać je zaś powinien aptekarz.

Zewnętrzne stosowanie tych roślin, z wyjątkiem chorób ocznych, nie przedstawia niebezpieczeństwa, chociaż wymaga pewnych ostrożności, a w odpowiednim miejscu to wyzyskam.

Jeżeli traktuję ten dział w niniejszej książce, czynię to dlatego, aby czytelnik trujące rośliny poznał i przypadkiem nie użył ich przez mylną nazwę, tj. błędną terminologię ludową. Dlatego pomijanie zupełnym milczeniem jadowitych ziół w różnych podręcznikach dla domowego leczenia uważam za bezwzględnie złe.

Przy tym czytelnik, poznając rośliny lecznicze trujące i wiedząc, że mają one zastosowanie w aptekach, może je zbierać, suszyć i spieniężyć, z korzyścią tak dla siebie, jak i dla kraju.

Ważniejsze rośliny lecznicze trujące:

1. **Aconitum Napellus** (Ranunculacae - Helleboreae) — *Tojad, Mordownik.* ♃

Rośnie dziko w górzystych miejscowościach i hodowany jest w ogrodach dla swych pięknych, ciemnoniebieskich kwiatów, podobnych do hełmu.

Liście ciemnozielone, dłoniaste, 3 — 7 sieczne; korzeń bulwiasty, szary, wieloletni.

Kwitnie w drugiej połowie lata i wtedy zbierać się powinno ziele, a korzeń jesienią.

Głównym działającym składnikiem w roślinie jest „akonityna", alkaloid nadzwyczaj trujący, którego więcej jest w korzeniach, aniżeli w liściach. Akonityna bardzo łatwo się rozkłada, często nawet w samej roślinie.

Tojad stosowany bywa jako środek, kojący bóle, przy gośćcu (reumatyzmie) i newralgiach, tak wewnętrznie, jako też do wcierań w pomieszaniu z innymi środkami w celu miejscowej anestezji skóry.

Do wcierania.

Korzeń tojadu	10,0	Rad. Aconiti
Kłącza ciemierzycy	10,0	Rhiz. Veratri
Korzeń mydlika lek.	15,0	Rad. Saponariae
Alkoholu 70%	120,0	Spir. Vini 70%

Ciało czynne: akonityna.

2. **Adonis vernalis L.** (Ranunculaceae pl. Anemoneae) — *Miłek wiosenny*, zwany także *Gorzykwiatem.* ♃

Wieloletnia roślina, trafia się u nas tylko na marglowatym gruncie w Pińczowskim, Sandomierskim, Lubelskim i w Małopolsce.

Kwitnie żółto w kwietniu i maju. Liście podwójne pierzastosieczne, listki igiełkowate, ciemnozielone, gładkie.

Owoc suchy, podobny z układu do szyszki.

Do celów leczniczych zbiera się ziele, ścinając je nieco nad ziemią, w czasie kwitnienia. Suszyć należy w cieniu, aby nie zmieniło koloru.

Stosowany jest w lecznictwie miłek wiosenny, jako środek niezbyt silny, lecz doskonale regulujący działanie serca, potęguje bowiem arterialne ciśnienie, a przy tym pobudza wydzielanie uryny. W Turkiestanie, w ludowym lecznictwie, oprócz ziela, używają i korzeń.

W ostatnich czasach adonidinę (jeden z alkaloidów Miłka) zaczęto stosować w okulistyce.

Ciała czynne: adonidina, kwas akonitowy, adonit.

3. **Atropa Belladonna L.** (Solanaceae) — *Pokrzyk, Wilcza wiśnia.* ♃

Wieloletnia roślina, trafia się w górach Świętokrzyskich częściej w Olkuskim i stąd w kierunku Krakowa, następnie rozciąga się na całe pasmo Beskid i Bieszczad. Najwięcej bytować lubi w zwaliskach starych murów, na opustoszałych siedzibach ludzkich, na ziemiach wapiennych, marglowych wśród zarośli.

Rozrasta się bardzo silnie tak że tworzy szerokie krzaki. Liście jałowozaostrzone, całobrzegie, faliste kwiat brudnoliliowy, owoc: jagoda czarna, błyszcząca, wielkości wiśni, do połowy otulona kielichem, silnie trująca. We wszystkich częściach zawiera trujące alkaloidy, najważniejszy z nich — atropinę, używaną w okulistyce.

W medycynie stosowane są liście i niekiedy korzeń, głównie w postaci wyciągu wodnego, rzadziej nalewki, korzeń zaś w proszku, przy tym atropina ma szerokie zastosowanie w okulistyce i niekiedy wewnętrznie.

Pokrzyk stosowany jest jako środek uspakajający przy rozdrażnieniach, bólach, konwulsjach, kurczach, newralgiach, kaszlu; atropina zaś, silnie trujący alkaloid, głównie dla rozszerzenia źrenicy.

Ciała czynne: hyoscyamina, atropina.

4. **Claviceps purpurea Tul.** (Hypocreaceae) — *Sporysz.*

Jest to grzybek, pasożytujący na kłosach trawowych roślin, głównie żytnich, których zawiązek zaraża i wykształca się kosztem ziarna. Najwięcej pojawia się na życie jarym oraz w lata dżdżyste i ciepłe.

Widzimy go w postaci tępokątowatego czarnego rożka, przedstawiającego grzybnię w stanie spoczynku (sclerotia). Przed lub podczas żniwa przetrwalniki owe upadają na ziemię i leżą bezczynnie i bez zmiany aż do maja. Wtedy, w warunkach sprzyjających (ciepło i wilgoć), powierzchnia ich pęka i pojawiają się na niej jaskrawoczerwone, kapeluszowe grzybki, wydające zarodniki, te zaś, unoszone przez wiatr, dostają się do kwiatów żyta i tam wyrastają.

Sporysz zawiera do 35% oleju tłustego i bardzo bogaty skład. Ze sporyszu przygotowuje się całą masę preparatów farmaceutycznych.

Zastosowanie znajduje w akuszeryjnej i ginekologicznej praktyce, gdyż zadawany sporysz kurczy macicę i wstrzymuje krwotok; w tym celu stosowany jest po połogu oraz gdy idzie o wstrzymanie nadmiernego upływu krwi przy periodach. Przy krwotokach płucnych, kiszkowatych, żołądkowych, nerkowych itd. sporysz również jest stosowany, a także przy paraliżach pęcherza moczowego.

Sporysz nieodtłuszczony tylko rok może być przechowywany bez utraty leczniczych własności. Wartość dobrego

sporyszu poznaje się łatwo, po rozłamaniu bowiem powinien być wewnątrz czysto biały albo z lekkim sinawym odcieniem.

Ciała czynne: ergotinina, kornutyna, ergotoxyna.

5. **Colchicum autumnale** (Liliaceae-colchiaceae) — *Zimowit jesienny.* ♃

Cebulkowata (wieloletnia) roślina, u nas rosnąca na łąkach Małopolski. Cebula siedzi głęboko w ziemi. Kwiat liliowy pojawia się w październiku, wychodząc wprost z nagiej ziemi, kiedy roślina wcale nie ma już liści. Liście są szerokolancowate, równoległe nerwiste (w ilości 3 — 4, rzadko 6), wychodzą na wiosnę razem z owocem, torebką, która po uschnięciu posiada ziarna rogowate, brunatne, kuliste, wielkości konopnych.

W medycynie używane są nasiona, rzadziej wysuszone cebulki; własności posiadają silnie jadowite, z powodu zawartości alkaloidu zwanego „kolchicyną".

Preparaty, przygotowane z zimowitu, głównie nalewka z nasion, stosowana jest przy leczeniu newralgii, reumatyzmu i podagry.

Ciało czynne: colchicina.

6. **Convallaria majalis.** (Liliaceae)—*Konwalia, Lanuszka.* ♃

Roślina wieloletnia, bytująca po lasach wilgotnych i łąkach. Posiada liczne łodygi podziemne pełzające; liście owalno-szeroko-lancetowate, spiralnie zwinięte; całobrzegie, o 15 — 20 cm długości, zwykle 2, niekiedy 3. Kwiaty (perigonium) białe jakby z cukru zrobione, jednostronnie na głąbiku zwisłe, silnie pachnące, lecz po wysuszeniu zupełnie utracające zapach. Kwitnie w maju i na początku czerwca.

U nas w lecznictwie używa się kwiatów świeżych konwalii do przygotowania nalewki, a w braku takich — suszonych.

W innych krajach nalewkę wyrabiają z całej rośliny razem z korzeniami, zbieranej w czasie kwitnienia, a przerabianej również na wyciąg wodny i spirytusowy.

Konwalia zawiera dwa glukozydy — konwallarinę (przeważającą w kwiatach) i konwallamarinę — w liściach i korzeniach.

Konwalia i preparaty z niej otrzymywane stosowane są przy chorobach serca. Przy tym konwalia jest lekiem moczopędnym, a w tym kierunku silniej od kwiatów działają korzenie i liście. Stosować może tylko lekarz.

Od czasów najdawniejszych konwalia znana była w lecznictwie ludowym i stosowana przeciw padaczce, puchlinie wodnej, robakom, a kwiaty ususzone i starte na pył, jak tabaka, wywołują silne kichanie. W medycynie obecnie zyskała sobie ogólne uznanie lekarzy i należy do liczby środków często używanych.

Ciała czynne: convallarina, convallamarina.

7. **Daphne Mezereum L.** (Thymeleaceae) — *Wilcze łyko.*

Niski krzew, rosnący u nas w lasach cienistych znany ze swych pięknych różowych kwiatów, mięsistych, jakby zrobionych z wosku, pojawiających się przed liśćmi, bo częstokroć już w marcu. Wilcze łyko niekiedy zakwita jeszcze powtórnie w jesieni i niekiedy trafiają się okazy z białym kwiatem. Jagody czerwone okrągłojajowate, jednonasienne. Liście zebrane u wierzchołka łodygi, nieco skórkowate, tępo zakończone, szeroko lancetowate, ku nasadzie zwężające się.

We wszystkich częściach roślina trująca.

W medycynie stosuje się głównie korę wilczego łyka, zawierającego żółtobrunatną żywicę, zwaną „Mezereiną" o właściwościach silnie drażniących, przeto wyciąg z niej słu-

ży do przygotowania plastru i maści, używanych w tym celu jak wezykatoria, więc narywających i drażniących.

Wilcze łyko jest środkiem ulubionym przez znachorów, ale zadawanie go wewnętrzne często kończy się zatruciem.

8. **Datura Stramonium L.** (Solaneae) — *Dędera. Bieluń* zwana jeszcze *Donderakiem, Tonderą, Pinduryndą.* ⊙

Ziele roczne, wyrastające na śmietniskach, gruzach, koło zabudowań gospodarskich, na ziemi bogatej w materie nawozowe. Kwiaty duże, wydłużono-kieliszkowate, osadzone pojedynczo między regularnie rozwidlającymi się rozgałęzieniami. Owoc owalny, silnie kolczasty, wielkości dużego orzecha włoskiego. Liście głęboko powyzębiane, gładkie.

Do leczniczego użytku idą liście, rzadziej nasienie dojrzałe. Liście te zawierają dużo soli mineralnej, przede wszystkim saletry (KNO_3) oraz alkoloidy silnie jadowite: hioscyjaminę i atropinę; prócz tego nasiona mają w znacznej ilości tłusty olej.

Liście dędery dobrze wysuszone, używane są jako tytoń albo cygaretki do palenia przy atakach dusznicy (astmy), z nasion zaś przygotowuje się nalewkę na spirytusie, używana niekiedy łącznie z innymi środkami do wcierania przy reumatyzmie i innych bólach. Do wcierania 1 cz. potłuczonych nasion na 10 cz. spirytusu. Po wlaniu ręce umyć mydłem.

Ciała czynne: hyoscyamina, atropina.

9. **Digitalis purpurea** (Scrophularineae) — *Naparstnica purpurowa.* ♃

Ziele dwuletnie, trafia się w górach Świętokrzyskich i w Małopolsce.

Liście wydłużonojajowate, albo owalnolancetowate, lekko piłkowane, miękkie, owłosione, gęstonerwiste, nierówno groszkowate, kwiaty zebrane w kłos jednostronny, naparstkowate, różowe, białe lub żółtawe, wewnątrz plamisto-kropkowane, bezwonne, kwitnienie w lipcu i sierpniu. Cała roślina silnie jadowita.

Do lekarskiego użytku zbiera się liście. Przekonano się, że działają one jednakowo, czy zebrane pierwszego roku jesienią, czy następnego — w czasie kwitnienia. Suszyć w cieniu.

Szczególniej 3 składniki tej rośliny, Digitalina, Digitaleina i Digitoksyna — glukozydy są silnymi truciznami działającymi na serce.

Naparstnica purpurowa w różnej postaci stosowana jest przy chorobach serca jako środek zwiększający ciśnienie krwi, działa jednak kumulatywnie, może więc być tylko przyjmowana z przerwami, zatem lekarze starają się ją zastępować bądź miłkiem, bądź konwalią itd.

Ciała czynne: digitoxyna, digitalina, digitaleina, digitofylina, digitonina.

10. **Hyoscyamus niger** (Solanaceae) — *Lulek, Szalej* albo *Szaleniec.* ⊙

Dwuletnie pospolite ziele, spotykane pod płotami, po śmietnikach, zawsze blisko siedzib ludzkich.

Roślina powszechnie znana, chociaż pod różnymi nazwami, o liściach głęboko nieforemnie wcinanych, kosmatych, lepkich, wstrętnego zapachu i kwiatach brudnożółtawych z ciemnym, gęsto siatkowym deseniem, jednostronnie wyrastających. Owoc podobny do dwojaczków z pokrywką, ukryty głę-

boko w kielichu. We wszystkich częściach ziele silnie jadowite, odrażającej woni. Nasiona żółtobrunatne, siatkowane, oleiste.

Główne składniki działające są to alkaloidy trujące. Hioscjamina i Hioscyna (Scopolamina). Zbierać liście należy w czasie kwitnienia i dokładnie wysuszyć w cieniu.

Preparaty farmaceutyczne z lulką stosowane są jako środki uspokajające, przeciwkurczowe i tłumiące bóle, wewnętrznie jako wodny wyciąg (ekstrakt) i zewnętrznie jako wyciąg w maściach lub jako olejek szalejowy. Skopolamina niekiedy w okulistyce i przy operacjach przed chloroformowaniem.

Ciała czynne: hyoscyamina, pseudohyoscyamina, scopolamina.

11. **Ledum palustre** (Ericaceae - wrzosowate) — *Bagno.*

Znany ogólnie krzew zawsze zielony, o liściach skórkowatych, lancetowatych, z wierzchu gładkich, zielonych, z pogiętymi brzegami spodem porośniętych rdzawobrunatnym kutnerem[1]). Kwiaty białe w kiściach na wierzchołkach łodyg w maju i w czerwcu. Zapach całej rośliny silny, odurzający. Należy do jadowitych.

Wierzchołki rozgałęzień z liśćmi i kwiatami zbierane, zarówno w świeżym jak i wysuszonym stanie, po naparzeniu używane są do kąpieli przy reumatyzmie i artretyzmie i znaczną przynoszą ulgę.

12. **Papaver sommiferum** (Papaveraceae) — *Mak usypiający* albo *ogrodowy.* ⊙

Znana wszystkim jednoroczna roślina, hodowana dla nasion w ogrodach i na polach, posiada liczne odmiany różniące

[1]) Meszek na liściach lub łodygach.

się zabarwieniem kwiatu, postacią makówek, kolorem nasion itd. Właściwy mak lekarski, z którego makówek otrzymują makowiec (opium), posiada czysto białe kwiaty i białe nasiona.

Opium jest to zgęstniały sok, wyciekający z nadrapanych, jeszcze niedojrzałych makówek (zbierany w dnie upalne), ugniatany w pałeczki, placuszki albo kule wielkości dużej pomarańczy, a następnie w takim obrobieniu wysuszony.

Jak wykazały robione u nas próby, polskie opium jest wysokiej wartości leczniczej, zawiera bowiem do 12% morfiny, ale w naszym klimacie mak wydaje mało soku, a robocizna jest zbyt droga, aby opłaciło się produkować opium. W ogóle w opium znaleziono 22 alkaloidy, jak: morfina, kodeina, narkotyna, narceina itd.

Wspominam tu o maku, gdyż, po wsiach często praktykowany jest sposób uspakajania i usypiania krzyczących niemowląt za pomocą pojenia ich odwarem makowin albo główek makowych. Sposób ten godny jest potępienia, gdyż makowiny usypiają dlatego, że zawierają narkotyczne alkoloidy, co w ogóle źle się odbija na zdrowiu dziecka, może mieć następstwa nawet w późniejszym wieku, a niekiedy dziecko usypia na zawsze.

Z główek makowych przygotowany jest w aptekach syrop (Syrupus Diacodii). Do tego użytku powinny być zbierane makowiny jeszcze zielonawe.

13. **Veratrum album L.** (Veratreae) — *Ciemierzyca biała.*[?]

Roślina wieloletnia, bytująca na wilgotnych łąkach między krzakami. Liście pochwiaste, równolegle skarbowane, jajowato kończyste; kwiaty białozielonawe od lipca do września.

Kłąb i korzenie ciemierzycy zawierają w dużej ilości mniej lub więcej trujące alkaloidy, które w mniejszym lub większym stopniu najpierw podniecają, a następnie paraliżują zakończenia nerwów czucia.

Dawniej stosowano korzeń ciemierzycy do wewnątrz przy newralgiach, podagrze, reumatyzmie, lecz obecnie używany jest tylko zewnętrznie w postaci nalewki spirytusowej, w pomieszaniu z innymi środkami, do wcierania, dla uśmierzenia bólu np. przy reumatyzmie, w postaci proszku bardzo subtelnego, jako proszków kichających (przy asfikacji), wreszcie tenże proszek, roztarty z tłuszczem, siarką i szarym mydłem do wcierania w wypadku świerzby, do leczenia parchów itd.

Ciemierzyca trafia się w Lubelskim, Siedleckim, Sandomierskim, Krakowskim.

Ciała czynne: ervina, rubervina, pseudoervina, protoveratrina, protoveratrydyna, veratramortyna.

ROŚLINY NIETRUJĄCE

Rośliny te, że tak powiem „użytkowe", w leczeniu domowym chociaż zastosowane niewłaściwie, nieumiejętnie, mogą nie pomóc, jednak szkody organizmowi nie przyniosą.

Pomiędzy tymi roślinami starano się zaprowadzić pewien porządek, podział na grupy czy działy, oparty na ich pokrewnych własnościach; podział jednak taki tylko do pewnego stopnia rozwiązuje zadanie, gdyż jedna i ta sama roślina, odnośnie do swych własności, może należeć do kilku działów. Jeżeli weźmiemy dla przykładu choćby szałwię lekarską, to ona ze względu na dużą zawartość olejku lotnego, należeć będzie do aromatycznych, jednakże posiada w znacznym stopniu własności ściągające, więc pod tym względem będzie pokrewna korze dębowej, pięciornikowi itd., działa nadto dezynfekcyjnie i przeciwpotnie.

Wychodząc z tego założenia, przystępuję do opisywania każdej rośliny poszczególnie, uwzględniając głównie jej działanie, na końcu zaś je rozsegreguję i podam przepisy na przygotowanie różnych mieszanek ziołowych z odpowiednimi objaśnieniami, aby na nich czytelnik mógł się wzorować i zestawiać własne, do okoliczności i potrzeb przystosowane.

W handlu ziołowym i aptekach noszą nazwę: liście — Folia, kwiaty — Flores, zerznięte ziele (kwitnące) — Herba, korzeń — Radix, rozłogi (kłącza) — Rhizoma, owoc — Fructus, nasienie — Semen, pączki liściowe — Gemmae,

płatki kwiatowe — Petalae, strączyny — Folliculi, kora — cortex, jagody — Baccae.

Objaśnienia znaków:

☉ oznacza roślinę jednoletnią.
⊙ oznacza roślinę dwuletnią.
♃ oznacza roślinę wieloletnią albo bylinę.
♄ oznacza krzew.
♄ oznacza drzewo.
! roślina ważniejsza.

14. **Achillea Millefolium** (Compositae) — *Krwawnik*. ♃

Znane ziele o liściach wąskich, długich, podwójnie lub potrójnie pierzastosiecznych i kwiatach drobnych, białych, cielistych a niekiedy czerwonych, zebranych w obszerny baldaszkogron, zapachem zdradzających gorycz.

Pospolita roślina, trafia się tak na łąkach, miejscach trawiastych, w zaroślach jak i na suchych piaskach.

Zbierać: kwiaty przez ciąg kwitnienia, więc przez całe lato, a liście od wiosny do jesieni. Świeże liście posiadają niewyraźnie aromatyczny zapach oraz słonawy, gorzkocierpkawy smak. Kwiaty mają smak bardziej gorzki, zapach przyjemniejszy i silniejszy.

Zawiera: olejek lotny błękitnego koloru, ciało gorzkie zwane „achilleiną“ i kwas akonitowy. Krwawnik, wyrosły w miejscu suchym, szczególniej na zwaliskach, gruzach, posiada silniejszy zapach i bardziej gorzki smak.

Zastosowanie: sok, wyciśnięty ze świeżego ziela w pomieszaniu z innymi sokami świeżych roślin, używany jest do majowego leczenia. Sok ten osłodzony miodem pije się z mlekiem naczczo.

W suchym stanie liście i kwiaty krwawnika wchodzą w skład ziółek, czy to wzbudzających apetyt, czy też różnych mieszanek, używanych na przemianę materii, choroby wątroby, śledziony itd.

Z ziela w aptekach wyrabiany jest gęsty wyciąg, Extractum Millefolii.

Ciała czynne: goryczka achilleina, garbnik, cineol, olejek lotny.

15. **Acorus Calamus L.** (Aroideae) — *Tatarak.* ♃ !

Zarasta brzegi wód słodkich: stawów, sadzawek, rowów zalanych wodą, dobrze znany z mieczowatych, pachnących liści, kwiatostan — kolba złożona z drobnych zielonych kwiatków w maju i czerwcu. Nasiona u nas nie dojrzewają. Pochodzi z Indii.

Łodyga podziemna, ścieląca się w błocie, w dolnej stronie obrosła gęsto drobnymi korzonkami, pospolicie nazywana jest korzeniem. Łodyga ta, oczyszczona z korzeni, obmyta i wysuszona, obrana ze skórki, pokrajana, posiada silny, bardzo przyjemny zapach i smak korzennogorzkawy. Wchodzi w skład wielu mieszanek ziołowych.

Zbierać latem kiedy jest najmniejsza woda.

Do kąpieli tatarak może być i nie obrany ze skórki ale drobno pokrajany. Przechowywać należy tatarak w suchym miejscu i w naczyniu zamkniętym.

Kłąb tatarakowy zawiera (wysuszony) około 2,8% olejku lotnego (świeży około 1%). Otrzymuje się z kłęba: silnie pachnący olejek lotny, wyciąg, nalewkę zwyczajną i złożoną.

Zastosowanie: w mieszankach ziołowych b. obszerne przy cierpieniach dróg moczowych, narządów trawienia, reumatyzmie, artretyzmie, jak również w kąpielach nasiadowych przy chorobach kobiecych.

W ludowym leczeniu kłąb tatarakowy bywa używany przy puchlinie, zgniłej febrze, zatrzymaniu uryny i jako środek wiatropędny.

Ciała czynne: acovina, calamina, camphora tatarakowa.

16. **Aesculus Hyppocastanum** — *Kasztanowiec* ± zwany u nas pospolicie kasztanem — szeroko rozpowszechnione drzewo pochodzi z Azji. Należy do rodz. kasztańcowych.

Kory kasztanowej używa się w medecynie jako środka ściągającego (zawierającego garbnik). Kwiat ma zastosowanie w lecznictwie ludowym przy krwotokach macicznych, w postaci odwaru. Odwar ten przygotowują z łyżki stołowej suszonego kwiatu na pół szklanki wody, do wypicia na raz i 3—4 razy dziennie.

Zbierać kwiaty zaraz po rozwinięciu się, oskubać z szypułek i szybko wysuszyć przy bardzo cienkim rozpostarciu. Jeśli jest odpowiednie miejsce, lepiej jest suszyć w cieniu, aniżeli na słońcu. Po wysuszeniu muszą być sucho przechowywane, inaczej ciemnieją i psują się.

Zastosowanie. Dodatnie działanie kwiatu kasztanowego przy krwotokach macicznych stwierdzić można choćby nawet krwotok pochodził z nowotworu macicznego.

Wzory na dobre mieszanki załączam niżej:

A

Kwiatu kasztanowego	50,0	Fl. Hippocastani
Ziela tobołków (tasznika)	25,0	Hb. Bursae pastoris
Kory kaliny śliwolistnej	25,0	Cortex Viburni prunifolii
Ziela pieprzu wodnego	30,0	Hb. Polygoni hydropiper

Z łyżki stołowej powyższej mieszanki zrobić 1/2 szklanki odwaru i pić po takiej ilości 3—4 razy dziennie. — Lepiej, jeżeli do gotowego odwaru dodać soku berberysowego albo wpuścić do niego soku z cytryny.

B

Kwiatu kasztanowca	30,0	Fl. Hippocastani
Ziela pieprzu wodnego	30,0	Hb. Polygoni hydropiper
Kwiatu jasnoty białej	20,0	Fl. Lamii albi
Korzeń pięciornika	20,0	Rad. Tormentillae

Naparzyć łyżkę na 3/4 szklanki i wypić na 2 razy do południa i tyleż po południu.

17. **Ajuga reptans L.** (Labiatae) — *Dąbrówka rozłogowa.* ♃

Wyrasta w gajach, zaroślach, na łąkach i pastwiskach, w miejscach wilgotnych.

Łodygę ma czterokątną pojedynczą, około 30 cm wysoką; w czasie kwitnienia z korzenia wypuszcza rozłogi do 10 cm długie, zakorzeniające się. Liście korzeniowe, ogonkowe, łopatkowate, zwężające się w ogonek, faliste, na brzegu lekko falisto-wcinane, niekiedy prawie całe, łodygowe podłużne,

rzadko biało owłosione. Kwiaty bladobłękitne, po 4 — 10 w okrążkach zebrane, w maju i czerwcu. Trafiają się osobniki, rozłogów nie wydające.

Zbierać w czasie kwitnienia, zanim łodyga stwardnieje, zrzynając ją razem z liśćmi korzeniowymi, i wysuszać w cienistym miejscu.

Zastosowanie: w odwarze przeciw gośćcowi (reumatyzmowi), hemoroidom, zgniłej febrze, malarii. Podczas krymskiej wojny stosowano ją przeciw zimnicy (febrze) tam, gdzie chinina już nie pomagała, i podobno z bardzo dobrym skutkiem. Należałoby przy febrach używać jej w pomieszaniu z liśćmi i drobnymi kwiatami słonecznika, w odwarze i nalewce nastawionej na mocnej wódce (ziół suchych 1 część i wódki 5 części).

W handlu ziołowym nosi nazwę Herba Bugulae albo Consolidae mediae.

18. **Alchemilla vulgaris L.** (Rosaceae - Sanguisorbae) — *Przywrotnik pospolity.* ♃

Rośnie na wilgotnych pastwiskach, łąkach, miedzach, w gajach i zaroślach, jednakże w miejscach dostępnych dla słońca.

Wyrasta wysoko — do 25 cm, łodygi ma prosto stojące albo podnoszące się, omszone. Liście korzeniowe, ogonkowe i łodygowe stopniowo przechodzące w siedzące (bezogonkowe); dolne, 7—10-dzielne i wyższe 5—6-dzielne, z obu stron omszone, wszystkie, ostro piłkowane. Kwiaty liczne, drobne, żółtozielonawe, zebrane w dwudzielno-gałęzisto-baldaszkogrony. Kwitnie w czerwcu.

Zastosowanie: Działa ściągająco i wykrztuśnie, więc daje się w mieszankach przy kaszlach.

19. **Allium Cepa L.** (Liliaceae) — *Cebula ogrodowa.* 21

Roślina ogólnie znana i od niepamiętnych czasów jest hodowana w licznych odmianach, jako warzywo.

Jako lek należy do bardzo starych i dotąd w lecznictwie, wprawdzie ludowym, cieszy się wielkim uznaniem. Zaliczyłbym cebulę do tych roślin, które może tylko przez codzienne stykanie się z nimi, opatrzenie, uwagi lekarzy nie zwróciły i dlatego nie zostały w lecznictwie należycie wyzyskane.

Zastosowanie: cebula jest znakomitym środkiem, ułatwiającym odrzucanie flegmy przy katarach dróg oddechowych. Upieczona albo uduszona z miodem, roztarta na miazgę i zmieszana ze szklanką gorącego mleka daje gotową dozę lekarstwa, które wypić należy na noc, przed samym położeniem się do łóżka. Naturalnie, kto ma możność poleżeć w łóżku dni kilka, może sobie taką porcję wypić rano i wieczór. Już w kilka godzin po wypiciu flegma z łatwością odchodzi, rzężenie się zmniejsza i oddech staje się głębokim i lekkim. Przy leżeniu w łóżku, po paru dniach stosowania cebuli, np. zapalenie oskrzeli przechodzi.

Zewnętrznie cebula, w powyższy sposób przygotowana, tj. upieczona albo uduszona pod nakryciem i następnie roztarta, daje znakomity kataplazm rozmiękczająco przegryzający przy owrzodzeniach, które muszą się obrać, pęknąć i wyrzucić ropę, np. przy antraksach, zwykle boleśnie krajanych i operowanych. Cebulę, jeszcze możliwie gorącą, wykłada się na kawałek płótna, warstwę grubą na 3—4 centymetry i bezpośrednio przykłada do chorego miejsca, nakrywa ceratką i ciepło podwiązuje. Już po 12—14 godzinach antraks pęka, mało tego, kompletnie wylatuje, tworząc obszerną dziurę,

z której rdzenie wyciąga się jak wiszące knoty, bez bólu. Jeżeli jeden kataplazm nie wystarczy, należy położyć drugi, przygotowany jednak ze świeżej cebuli.

Cebula posiada własności dezynfekcyjne i szybko powoduje rozpad tkanek, zajętych zapaleniem.

W Bulgarii i Jugosławii gdzie surowa cebula służy wprost za codzienny pokarm i zjadana jest w dużych ilościach (np. duże dwie sztuki do śniadania) choroba raka jest nieznana zupełnie (prof. Lachowski). Na surowo również spożywana działa uspokajająco przy zaburzeniach nerwowych.

20. **Allium sativum L.** (Liliaceae) — *Czosnek.* ♃

Powszechnie znana roślina warzywna, uprawiana dla użytku kuchennego. Pochodzi ze środkowej Azji. Cała roślina wydaje charakterystyczny bardzo silny zapach i posiada smak palącosłodkawy.

Z a w i e r a: olejek eteryczny, działający drażniąco na skórę i błony śluzowe; nadaje on roślinie zapach i palący smak. Olejek ten jest cięższy od wody.

Z a s t o s o w a n i e: zewnętrznie — jako środek przeciw robakom w enemach (lewatywach).

Wewnętrznie również jako lek moczopędny, a przede wszystkim oddzielający flegmę przy kataralnym stanie górnych dróg oddechowych (przy uciążliwym kaszlu z trudnym odrywaniem się flegmy, chrypie itp.). W tym ostatnim wypadku pije się utarty czosnek z mlekiem i miodem, albo też je się — również utarty — na chlebie posmarowanym świeżym masłem. Środek ten podobnie jak cebula, okazał się zbawiennym dla wielu osób, nie mogących wyleczyć się z chorób piersiowych. Obecnie czosnek zaczęto stosować przy sklerozie (zwapnieniu naczyń) i pojawiły się z niego różne prze-

twory, działa jednak najpewniej świeży na miazgę utarty i posmarowany na chleb razowy, a na to masło. Najlepiej na noc.

21. **Althaea officinalis L.** (Malvaceae) — *Ślaz lekarski.*

W dzikim stanie rośnie w południowej i zachodniej Europie na ziemi solankowej, nad morzem. W dużych ilościach spotykałem go nad Wołgą i jej dopływami, po zaroślach, zalewanych na wiosnę. Jako cenna roślina lekarska, a w zbyt małej ilości dziko napotykana, ślaz w wielu miejscach jest uprawiany.

W dobrej i wilgotnej ziemi ślaz dorasta 1,60 m wysokości, tworząc łodygi silne i rozgałęzione. Liście ma ogonkowe, sercowate, 3—5 klapkowe, ząbkowane, miękkowełniste. Kwiaty liliowocieliste, z kątów liści wychodzące. Smak cierpkawy, słodkawokleisty.

Kwitnie przez lipiec i sierpień, nasiona zaś dojrzewają we wrześniu.

Zbierać do lekarskiego użytku: liście, kwiaty i korzenie; pierwsze — do połowy kwietnia, drugie — świeżo rozkwitłe, trzecie zaś — w jesieni albo wcześnie na wiosnę. Liście bywają przy długotrwałej suszy zakurzone, powinno się zrywać je zatem po deszczu, lecz obeschnięte. Liście suszyć w cieniu, kwiaty szybko na słońcu, a korzenie przed suszeniem oczyścić z szarego naskórka. Krajać świeży albo wysuszony; pierwszy daleko łatwiej. Krajany musi być bardzo drobno w kostkę i biały niezabrudzony.

Zawiera bardzo dużo śluzu (zwanego Basoryną), bo, według Buchnera, do 30%.

Zastosowanie ślazu w lecznictwie jest bardzo obszerne, głównie jednak korzenia. Liście i kwiat wchodzą głównie w skład różnych ziółek od kaszlu i do płukań, zastosowanie jednak ma największe korzeń.

Na zimno przygotowany śluzowaty nastój wodny korzenia ślazowego jest dobrym środkiem osłaniającym albo powlekającym dla błon śluzowych górnych dróg oddechowych, przy katarach i silnym podrażnieniu krtani, powodującym kaszel. Gęsty śluz łagodzi zapalenie i rozdrażnienie powodując łatwe oddzielanie się flegmy.

Na zasadzie własności śluzów zwalniania trawienia przez żołądek można do jelit wprowadzić różne substancje, któreby przez żołądek nie przeszły bez zmiany.

Z powodu dużej ilości śluzu i jego łagodzących własności, nastój wodny korzenia ślazowego używany jest do picia z dodatkiem innych leków przy nieżytach (katarach) dróg oddechowych, przy kaszlach, dyzenterii, chorobach dróg moczowych itd.

Śluzowaty nastój korzenia ślazowego ma ten ważny przymiot, że posiada smak bardzo przyjemny i przy osłodzeniu cukrem, czy też jakimkolwiek sokiem, może być bez wstrętu przez dłuższy czas pijany przez chorych.

Zewnętrznie używany jest nastój wodny korzenia ślazowego do płukania gardła, np. z dodatkiem soli Bertoleta, przy zapaleniach i opuchnięciach.

Kataplazm z liści zbiera szybko jęczmień na oku.

Ciała czynne: śluz 35%.

22. **Althaea rosea** *var.* **nigra** *Cav.* (Malvaceae) — *Malwa czarna.* ♃

Malwa, jako roślina kwiatowa, powszechnie jest znana, gdyż spotkać ją możemy, zaczynając od ogródków wiejskich, aż do najwspanialszych ogrodów publicznych w najrozmaitszych odmianach i kolorach. Dla celów leczniczych i przemysłowych ma znaczenie tylko malwa z czarnym kwiatem.

W dzikim stanie malwa rośnie w Grecji, Turcji, po zaroślach, na ziemi głównie gliniastej, lecz zawierającej wapno. Plantacje czarnej malwy głównie znajdują się w zachodnich Niemczech i we Francji.

Kwitnie malwa przez lipiec i sierpień, a im kwiat ma ciemniejszy oraz bardziej pełny, tym większą przedstawia wartość.

Zbiór na sprzedaż: kwiaty należy zbierać z kielichami i bez kielicha — same korony. Suszyć powinno się pod dachem, w miejscu przewiewnym.

Zawiera głównie śluz i nieco garbnika.

Zastosowanie w przemyśle mają same korony czarnych kwiatów, wyskubane z kielicha.

Użytek leczniczy podobny jak z liści ślazu, a również na pobudzenie periodu [1]).

Koron malwy czarn.	20,0	Flor. Malvac arbor.
Kwiatu chabru	10,0	Flor. Cyani
Ziela ruty	10,0	Hb. Rutae
Liści maliny	10,0	Fol. Rubi idaei

Zmieszać, czwartą część naparzyć na $^{4}/_{1}$ szkl. i wypić 4 razy dziennie.

W handlu ziołowym kwiat malwy czarnej zwany jest Flores Malve arboreae.

23. **Anchusa officinalis L.** (Borragineae) — *Miodunka lekarska, Wołowy język* ⊙ *lub* ♃

Pospolita roślina przy błotach, na dziedzińcach, gruzach, ugorach i ogrodach warzywnych, na miejscach zapuszczonych, słonecznych.

[1]) W potrzebie pobudzania menstruacji daje się kompozycję złożoną z koron Malwy czarnej, kwiatu Ostróżki zbożowej, płatków Chabru po równych częściach. Naparzać z 2 łyżek na szklankę i wypić ciepłe na dwa razy w ciągu dnia. Używać przez kilka dni, a przy obstrukcji wziąć na dobre przeczyszczenie 10 g (łyżkę) kory kruszynowej, zaparzanej w szklance wody i nogi moczyć w gorącej wodzie.

Cała roślina szorstka, dorastająca do wysokości 30 cm i więcej, o łodydze gałęzistej, liściach podłużnych lancetowatych. Trafia się odmiana z białym kwiatem. Smak kwiatów słodki wskutek zawartości miodu, zaś liści i łodyg — słodkawokleisty.

Z b i e r a ć ziele w kwitnącym stanie przez czerwiec i lipiec. Miodunka schnie bardzo powolnie, a ponieważ suszyć ją należy w cieniu, zatem najlepiej porozkładać na wiązaniach na strychu, rozpościerając możliwie cienko, aby nie czerniała.

Z a w i e r a głównie śluz.

Z a s t o s o w a n i e: w ziółkach jako napar do picia przy nieżycie dróg oddechowych. W tym celu miesza się miodunkę z innymi ziołami, jak: żywokost, płucnik, babka, liście ślazu, fiołka, anyż, słód jęczmienny itd. (Fiołek pachnący w stosunku 5% do masy) dla dorosłych.

W h a n d l u z i o ł o w y m ziele miodunki nosi nazwę — Herba Buglossi.

24. **Angelica officinalis L.** (Umbelliferae) — *Dzięgiel lekarski.* ♃ ⊙

Zwany jeszcze Arcydzięglem, jest największą z naszych roślin baldaszkowych, bo dorasta do 2-u metrowej wysokości. Łodygę ma silną, gładką, wewnątrz pustą, sinawozieloną. Liście bardzo duże, podwójnie pierzaste, gładkie, od spodu sinawe, pochwiasto obejmujące łodygę dolną częścią ogonka. Kwiaty drobne, zielonawe, w silny baldach zebrane, drugiego roku w lipcu[1]). Nasiona płaskie. Całe ziele aromatyczne, najwięcej jednak korzeń i nasiona. Smak palący, korzenny, gorzki, przy ocukrzeniu bardzo przyjemny, przypominający likier benedyktyn.

---

[1]) Jeżeli niedopuścić do kwitnienia (kwiat zerżnąć, a lepiej wyciąć łodygi) roślina nadal żyje i rozrasta się w karpę, a pozostawiony bez cięcia jest tylko dwuletni.

Zbierać korzeń w jesieni, lepiej na wiosnę, nasiona — po dojrzeniu, lecz uważając, aby się nie osypały. Korzeń wykopany wymyć, pokrajać bardzo drobno i wysuszyć w przewiewnym miejscu. Przechowywać korzeń jak i nasiona w naczyniach zamkniętych strzegąc od moli i wietrzenia.

Zawiera kłąb i korzeń dzięglu do 5% żywicy, do 1% olejku lotnego.

Zastosowanie: nasiona i korzeń dzięglowy zarówno są używane jako środek pobudzający czynność organów trawienia oraz przy blednicy i niedokrwistości.

Oprócz powyższego dzięgiel posiada własności: moczopędne, napotne i przeciwgnilne.

Uważany jest także jako środek wzmacniający nerwy w różnych mieszankach, zalecają go przy anemii.

W przemyśle wódczanym używany jest olejek dzięglowy, w cukiernictwie zaś młode soczyste wypustki obsmażane w cukrze służą jako smaczna i bardzo zdrowa konfitura oraz do ubierania ciast i tortów. — Konfitura dzięglowa jest ulubiona we Francji i nosi nazwę „l'Angeliques sucrée". (Jadana dla wzmocnienia trawienia).

Dzięgiel leśny (Angelica silvestris L.) posiada działanie słabsze, smak ma bardziej gorzki i zapach nie tak przyjemny.

Ciała czynne: Olejek eteryczny 1%, filiandren, etery kwasu metylowo-etylowo-octowego, kwas angelikowy, angelicyna.

25. **Anthemis nobilis L.** (Compositae) — *Rumianek rzymski.* ♃

Rumianek rzymski w dzikim stanie wcale nie wyrasta, gdyż jest to odmiana otrzymana sztuką [1]). Z tego względu

[1]) Otrzymany jest z Anthemis nobilis, rosnącej dziko na polach i posiadającej kwiat pojedynczy.

rozmnaża się tylko negatywnie z podziału krzaków i zakorzenionych odrostów.

Dobra odmiana powinna wydawać kwiaty pełne, bez żółtego środka, kto chciałby mieć w ogrodzie rumianek rzymski musi rozmnożyć go ze zgromadzonych sadzonek.

Kwiaty zbiera się bez ogonków przez cały czas kwitnienia i suszy wprost na otwartym powietrzu albo pod dachem.

Rumianek rzymski ma znaczenie w lecznictwie jako środek ułatwiający trawienie i wzmagający apetyt. Szczególniej używany jest we Francji. Wrzuca się do małej szklaneczki 5 kwiatków i nalewa wrzątkiem, a po zjedzonym obiedzie wypija.

W lecznictwie ziołowym ma znaczenie jako domieszka do różnych kompozycji.

26. **Arbutus uva ursi L.** (Ericaceae) — *Niedźwiedzie grono-Mącznica.* ∾ !

Pospolity wszędzie na brzegach sosnowych lasów i po wrzosowiskach niebagnistych, wiecznie zielony, ścielący się niski krzewek, często porastający znaczne obszary leśnych piasków.

Liście ma zimotrwałe, podobne do borówek, lecz odwrotnie jajowate, w ogonek zwężające się i z obydwóch stron groszkowate czyli wypukło - siatkowato - żyłkowane. Kwiaty różowe, podobne do borówki, tak samo jak i jagody, te jednak po dojrzeniu są mączyste. Smak liści cierpki, gorzkawy, ściągający.

Zbierać liście. Zbiór najlepszy jest pod jesień kiedy roślina zrzuci stare liście, które przed opadnięciem zżółkną,

zczerwienieją, wreszcie zczernieją; trwa to podczas miesięcy letnich. Zebrane liście oczyszcza się od gałązek i wysusza w cieniu.

Zawiera w liściach: garbnik, kwas galusowy, żywicę, tłuszcz, wosk, sole mineralne, ciało gorzkie — erykolinę, również glukozydy: — metylarbutynę i arbutynę, stanowiącą składnik głównie działający.

Zastosowanie: przy krwotokach nerkowych, przy chorobach pęcherza i puchlinie wodnej, jako środek moczopędny, ściągający i przeciwgnilny.

Używa się w odwarach najlepiej z domieszką śluzowatych oraz w razie potrzeby innych moczopędnych ziół, w ilości jednak niezbyt wielkiej, gdyż wywołuje wymioty.

Mącznica stosowana jest również przy kamieniach pęcherza (z rdestem ptasim). Przy zlewaniu się nocnym (Eneuresis nocturna), tj. odchodzenie uryny w czasie snu (z pieprzem wodnym i chmielem — patrz Chmiel).

Jeżeli liście mącznicy tylko naparzać, otrzymuje się herbatkę zupełnie ciekłą, lecz gdy liście gotować, wówczas odwar nabiera śluzowatości.

Zwykle odwar do picia przygotowuje się z 10 gr na ¼ litra i to wystarcza do wypicia na kilka razy w ciągu jednego dnia.

Ciała czynne: arbutyna, metylarbutyna, ursonina, kwas gallusowy, garbnik, goryczka.

W handlu ziołowym liście mącznicy noszą nazwę Folia Uvae Ursi.

Wzory mieszanek przy chorobach pęcherza i nerek:

A

Liści niedźw. grona	20,0	Fol. Uvae Ursi
„ brzozowych	30,0	Fol. Betulae
„ blizn kukurydzy	20,0	Stigmata Maydis
Rdestu ptasiego	20,0	Hb. Polygoni avic.
Liści maliny	30,0	Fol. Rubi Idaei
(albo korzenia dzięglu lek.)	(20,0)	(vel Rad. Angelicae off.)

B

Liści niedźw. grona	20,0	Fol. Uvae Ursi
Ziela nawrotki	20,0	Hb. Alchemillae
Płatków chabru	20,0	Flor. Cyani
Kory bzowej	30,0	Cort. Sambuci nigri
Rdestu ptasiego	30,0	Hb. Polyg. avic.

Naparzać z dwóch czubatych łyżek na 2 szklanki i wypić na 4 razy w ciągu dnia, można chłodzić albo dolewać mlekiem.

27. **Aristolochia Serpentaria** Rafinesque (Asarineae-Aristolochineae) — *Kokornak wężowy.* 24

Ten amerykański gatunek kokornaku u nas w stanie dzikim nie rośnie, lecz może być uprawiany z zupełnym powodzeniem, pomimo że ojczyzną jego są lasy Karoliny i Wirginii. Kto by chciał hodować tę roślinę, nasiona dostać może w ogrodach botanicznych.

Roślina o łodygach wiotkich, słabych, a nadmiernie długich, korzysta z każdej okoliczności oparcia się o przedmiot stały. Wymaga ziemi wilgotnej, żyznej i półcienia.

Działanie podobne jest do naszego kozłka lekarskiego (waleriany) i stąd też korzeń zwany jest Rhizoma Valerianae virginianae albo Serpentariae.

Zawiera ze składników nas obchodzących: przede wszystkim olejek lotny i gorzknik.

Zastosowanie: stosowany jest korzeń przy chorobach nerkowych. Olejek eteryczny z korzeni stosuje się w gorączce żółciowej i w cierpieniach nerwu sympatycznego.

Przy cierpieniach nerwowych i histerii podaję niżej dwie mieszanki:

A

Korzeń kokornaku wężow.	20,0	Rad. Aristolochiae
„ kozłka lek.	10,0	Rad. Valerianae
Kwiat pomarańczowy	20,0	Flor. Aurant.
„ głogu zaj.	30,0	Flor. Crataegi oxyac.
„ róży francuskiej	10,0	Flor. Rosae Gall.
Ziele rdestu ptasiego	30,0	Hb. Polygoni avic.

B

Korzeń kokornaku wężow.	20,0	Rad. Aristolochiae
„ kozłka lek.	15,0	Rad. Valerianae
Liście maliny	15,0	Fol. Rubi Idaei
Chmielu (drobno skrajanego)	20,0	Flor. Humuli Lupuli (concis.)
Pozłotki kalifornijskiej	20,0	Hb. Eschscholtzia californ.
Dziurawca	30,0	Hb. Hyperici

Z czubatej łyżki stolowej pod przykryciem naparzyć szklankę i wypić na 3 razy w ciągu 3 godzin.

28. **Arnica montana L.** (Compositae) — *Pomornik górny.* ♃ !

Pomornik w naszej florze najliczniej występuje w północnej i wschodniej części kraju, także na Podkarpaciu, po łąkach i paśnikach. Tu i owdzie znaleźć go można i dalej na zachód ale bardzo rzadko. Zamiast pomornika, często zbierają kwiatki innych roślin, jako bowiem roślina rzadziej napotykana mało jest znany u ludu.

Roślina wypuszcza rozetkę liści korzeniowych, podłużnie jajowatokończystych, równolegle unerwionych, i głąbik kwiatowy, zakończony zwykle jedną, czasem dwiema kwiatogłówkami. Kwiat promienisty, żółty, lekko pachnący w czerwcu i lipcu. Karpka korzeniowa, po wysuszeniu pachnąca. Przed suszeniem wymyć.

Zbierać: kwiaty, wyskubując je z kwiatogłówek (odrzucać dno kwiatowe i kielichookrywę), i wysuszać w cieniu albo w piecu po wyjęciu chleba, korzeń, tj. całą karpkę — w jesieni albo na wiosnę, chociaż najłatwiej odnaleźć roślinę w czasie kwitnienia, wreszcie liście (te prawie, że nie mają użycia).

Zawiera: w korzeniach — żywicę o właśc. drażniących, ciało gorzkie, arnicynę, olejek eteryczny (1%), kwiaty zawierają olejku 0,1—0,9% i poza składnikami korzenia, jeszcze żółty pigment.

Zastosowanie: głównie zewnętrznie, w postaci nalewki, sporządzanej z kwiatu czy korzenia, do plastra arnikowego i okładów. Plaster arnikowy, przykładany jest na piersi, boki, plecy, przy przeziębieniach i kataralnym stanie narządów oddechowych. Pryszczące własności posiada głównie żywica, którą rozpuszcza spirytus, przeto plaster musi być przygotowany z wyciągiem spirytusowym pomornika.

Do okładów nalewkę arnikową dodaje się do wody galardowej np. na rozmaite stłuczenia ze stanem zapalnym i spuchnięciem, łyżka nalewki na litr.

Przy reumatyzmie oraz innych bólach używają do wcierania nalewki arnikowej tak jak z nalewki: tojadu, sabadylli, zmieszanej z spirytusem kamforowym (apteki).

Odwar z kwiatu pomornika używa lud na Polesiu przeciwko febrze i środek ten ma pomagać tam, gdzie chinina nie działa; stosowania tego środka nie radzę, gdyż łatwo może zaszkodzić, a o nim wspominam tylko jako ostrzeżenie.

Wewnętrznie kwiat pomornika bywa stosowany przez lekarzy dla pobudzenia czynności serca, przy wstrząśnieniach mózgowych, przewlekłym gośćcu, kurczach i porażeniach, jednakże z ostrożnością, gdyż w większych dawkach działa

trująco. Naznaczać mogą tylko lekarze. Korzeń ma działanie nieco słabsze.

Ciała czynne: arnicina, kolina, garbnik, goryczka.

Arnikę oszczędzać, gdyż w wielu okolicach już ją wytępiono.

29. **Artemisia Absynthium** (Compositae) — *Piolun.* ♃

Jedna z najpospolitszych roślin, wszędzie na gruzach, pustkowiach i pod płotami wyrastająca, tam jednak, gdzie w ziemi znajduje się potas.

Korzeń silny i rozgałęziony, łodygi twarde i gałęziste, liście podwójnie pierzastosieczne, kwiaty żółtawe w lipcu i sierpniu, całe ziele okryte szarą pilśnią, w smaku bardzo gorzkie, zapachu silnego, aromatyczno - gorzkiego.

Zawiera: olejek lotny (½—2%), najwięcej w liściach i żywicę. Olejek lotny jest ciemno - zielony, gorzki. Absyntyna, gdy krowy lub kozy zjedzą piołunu, przenika w tkanki i od niej mleko oraz mięso nabierają gorzkiego smaku.

Zbierać, zanim łodygi stwardnieją, a gdy zakwitnie, wtedy odejmuje się rozgałęzienia z kwiatem, łodygi zaś grubsze odrzuca. Właściwie obydwa zbiory powinny być zmieszane razem i dopiero skrajane. Suche ziele należy przechowywać w suchym miejscu i w naczyniu zamkniętym.

Zastosowanie: jako środek przeciwgnilny, czerwiogubny (truje robaki) i pobudzający trawienie. Absyntyna zalecana bywa przeciw febrze, przy czym w małych dozach powiększa w dużych zaś zmniejsza ciśnienie krwi. Przy dłuższym używaniu wódki zwanej „absyntem" następuje pewnego rodzaju zatrucie olejkiem eterycznym, pojawiają się wypadki epileptyczne i różne cierpienia nerwowe przy objawach podobnych do alkoholizmu.

Przy atonii mięśni, jelit i niedomaganiu wątroby jest dobra taka mieszanka:

Piołunu	10,0	Hb. Absinthii
Owocu poziomek suchych	30,0	Bac. Fragariae
Korzenia podróżnika	20,0	Rad. Cichorei
(albo korzenia dzięglu)	(20,0)	(vel Rad. Angelicae)
Korzenia brodawnika	20,0	Rad. Taraxaci

Naparzać z łyżki stołowej na 3/4 szklanki i wypić na 2 razy w ciągu dnia.

Piołun wchodzi w skład bardzo wielu mieszanek w chorobach żołądka, wątroby i nawet dróg moczowych ale zawsze w małych ilościach.

Ciała czynne: Olejek eteryczny, keton-tyron, tuilowy alkohol, fenandren, kadinen, absyntyna.

W handlu ziołowym ziele piołunu nosi nazwę Herba Absynthii.

30. **Artemisia vulgaris L.** (Compositae) — *Bylica pospolita.* ♃

Rośnie na ziemi nieuprawnej, lecz urodzajnej, przy drogach, gościńcach, podwórzach, na miedzach, pod parkanami, przekładając szczególniej stare gruzy i opustoszałe zwaliska.

Łodygi ma bardzo silne, gałęzie niekiedy do 1 metra wysokie, liście podwójnie pierzastosieczne ciemnozielone, od spodu białawe, kwiatogłówki żółtawe lub czerwonawe, w kłosy wierzchołkowe zebrane w lipcu i sierpniu. Zapach balsamiczny, smak gorzkawokorzeny.

Zbierać: korzenie na jesieni lub na wiosnę, przy czym odrzucać grube, zdrewniałe, pozostawiać zaś boczne; liście z wierzchołkami jeszcze miękkimi w porze gdy bylica zakwita.

Zawiera: inulinę, cukier, żywicę, śluz, garbnik, tłuszcz i olejek eteryczny; liście mają skład ten sam, lecz olejku eterycznego dwa razy więcej, niż korzenie.

Zastosowanie: głównie w ludowym lecznictwie na powiększenie miesięcznych odpływów dla kobiet, przeciw padaczce, kurczom, na wzmocnienie nerwów, jako środek napotny i moczopędny.

Przy cierpieniach nerwowych może być zastosowany w niżej podanej mieszance:

Ziela bylicy posp.	25,0	Hb. Artem. vulg.
Kwiatu maku polnego	15,0	Flor. Rhoeados
„ głogu zajęczego	25,0	Flor. Crataegi oxyac.
Ziela żegawki	20,0	Hb. Urticae
Jemioły	15,0	Visci albi

Naparzać z czubatej łyżki szklankę i wypić 4 razy dziennie po 1/4 szklanki.

W handlu wegetabiliami lekarskimi ziele i korzeń bylicy pospolitej nosi nazwę: Herba et Radix Artemisiae.

31. **Artemisia Abrotanum L.** (Compositae) — *Bożodrzew, Boże drzewko.*

Krzew pochodzący pierwotnie z południ. Europy i Azji Mniejszej, u nas doskonale zaaklimatyzowany, wytrzymuje bowiem najostrzejsze zimy. Często spotykamy go wprost jako żywopłoty bezbronne, np. okalające ogrody warzywne.

Bożodrzew dorasta wysokości metra i tworzy krzaki nadzwyczaj gałęziste, zwartostożkowe, gęsto okryte liśćmi podwójnie pierzastosiecznymi, składającymi się z działek nitkowatych, tak że krzew robi wrażenie iglastego. Kwiatogłówki zwisłe, żółtawozielonawe, tworzą w sierpniu grona na wierzchołkach gałęzi. Zapach liści aromatyczny, przypominający kamforę; smak gorzkawy, korzennopiekący.

Zbierać ulistnione miękkie wierzchołki kilkakrotnie w ciągu lata i liście jesienią.

Z a w i e r a przede wszystkim olejek lotny, żywicę, ciało gorzkie.

Z a s t o s o w a n i e: głównie w lecznictwie ludowym i domowym — jako środek, usuwający różne dolegliwości ciąży; przyrządza się do picia w postaci herbatki, najczęściej z macierzanką, walerianą i melisą, przy czym naciera się dolną część brzucha i krzyż maścią tzw. nerwową i podwiązuje.

Bożodrzew jest środkiem moczopędnym i wzmacniająco działającym na macicę podczas ciąży.

Wzór na ziółka przy dolegliwościach ciąży:

Bożodrzewu	25,0	Hb. Abrotani
Macierzanki	25,0	Hb. Serpylli
Maliny	20,0	Bac. Rubi Idaei
Korzenia kozłka lek.	20,0	Rad. Valerianae

Naparzać pod przykryciem z łyżki stołowej czubatej na szklankę i wypić na dwa razy.

W aptekach znajduje się pod nazwą: Herba Abrotani.

32. **Asarum europaeum** (Aristolochiaceae) — *Kopytnik pospolity.* ♃

W cienistych gajach na ziemi wilgotnej wyrasta w dużych ilościach. Roślinka ścieląca się o liściach kształtu odciśniętego kopyta, skórkowatych. Kwiatki drobne, zewn. brunatne, wewn. czerwonobrunatnawe. Zapach kłębu aromatyczny, smak nieco korzenny ale ostry i gorzki.

Korzenie z b i e r a ć w jesieni albo całe ziele w sierpniu.

U ż y c i e w lecznictwie ludowym szczególnie dla koni i bydła, na wiosnę jako rozwalniające; jednocześnie działa i wymiotująco.

Roślina ta właściwie potrzebuje dopiero zbadania, żeby o niej coś pewnego powiedzieć można.

Zastosowanie: głównie w ludowym lecznictwie na powiększenie miesięcznych odpływów dla kobiet, przeciw padaczce, kurczom, na wzmocnienie nerwów, jako środek napotny i moczopędny.

Przy cierpieniach nerwowych może być zastosowany w niżej podanej mieszance:

Ziela bylicy posp.	25,0	Hb. Artem. vulg.
Kwiatu maku polnego	15,0	Flor. Rhoeados
„ głogu zajęczego	25,0	Flor. Crataegi oxyac.
Ziela żegawki	20,0	Hb. Urticae
Jemioły	15,0	Visci albi

Naparzać z czubatej łyżki szklankę i wypić 4 razy dziennie po 1/4 szklanki.

W handlu wegetabiliami lekarskimi ziele i korzeń bylicy pospolitej nosi nazwę: Herba et Radix Artemisiae.

31. **Artemisia Abrotanum L.** (Compositae) — *Bożodrzew, Boże drzewko.*

Krzew pochodzący pierwotnie z połudn. Europy i Azji Mniejszej, u nas doskonale zaaklimatyzowany, wytrzymuje bowiem najostrzejsze zimy. Często spotykamy go wprost jako żywopłoty bezbronne, np. okalające ogrody warzywne.

Bożodrzew dorasta wysokości metra i tworzy krzaki nadzwyczaj gałęziste, zwartostożkowe, gęsto okryte liśćmi podwójnie pierzastosiecznymi, składającymi się z działek nitkowatych, tak że krzew robi wrażenie iglastego. Kwiatogłówki zwisłe, żółtawozielonawe, tworzą w sierpniu grona na wierzchołkach gałęzi. Zapach liści aromatyczny, przypominający kamforę; smak gorzkawy, korzennopiekący.

Zbierać ulistnione miękkie wierzchołki kilkakrotnie w ciągu lata i liście jesienią.

Zawiera przede wszystkim olejek lotny, żywicę, ciało gorzkie.

Zastosowanie: głównie w lecznictwie ludowym i domowym — jako środek, usuwający różne dolegliwości ciąży; przyrządza się do picia w postaci herbatki, najczęściej z macierzanką, walerianą i melisą, przy czym naciera się dolną część brzucha i krzyż maścią tzw. nerwową i podwiązuje.

Bożodrzew jest środkiem moczopędnym i wzmacniająco działającym na macicę podczas ciąży.

Wzór na ziółka przy dolegliwościach ciąży:

Bożodrzewu	25,0	Hb. Abrotani
Macierzanki	25,0	Hb. Serpylli
Maliny	20,0	Bac. Rubi Idaei
Korzenia kozłka lek.	20,0	Rad. Valerianae

Naparzać pod przykryciem z łyżki stołowej czubatej na szklankę i wypić na dwa razy.

W aptekach znajduje się pod nazwą: Herba Abrotani.

32. **Asarum europaeum** (Aristolochiaceae) — *Kopytnik pospolity.* ♃

W cienistych gajach na ziemi wilgotnej wyrasta w dużych ilościach. Roślinka ścieląca się o liściach kształtu odciśniętego kopyta, skórkowatych. Kwiatki drobne, zewn. brunatne, wewn. czerwonobrunatnawe. Zapach kłębu aromatyczny, smak nieco korzenny ale ostry i gorzki.

Korzenie zbierać w jesieni albo całe ziele w sierpniu.

Użycie w lecznictwie ludowym szczególnie dla koni i bydła, na wiosnę jako rozwalniające; jednocześnie działa i wymiotująco.

Roślina ta właściwie potrzebuje dopiero zbadania, żeby o niej coś pewnego powiedzieć można.

33. **Asparagus officinalis L.** (Asparagineae) — *Szparag.* ♃

Roślina wieloletnia wydająca silne łodygi stojące, gęsto ulistnione nitkowatymi listkami, ogólnie znana i hodowana po ogrodach dla swych jadalnych wypustek korzeniowych.

W lecznictwie zastosowanie ma jedynie korzeń, który wykopuje się w jesieni albo na wiosnę, dobrze wymywa, i kraje w drobniutką krajankę.

Korzeń szparagowy ma bardzo liczne równe wypustki, koloru szarego i zawiera asparaginę o wybitnie moczopędnym działaniu. Przy zatrzymaniu uryny albo przy wodnej puchlinie daje się w takiej formie:

A

Korzenia szparagowego	50,0	Rad. Asparagi
Włosów kukurydzy	25,0	Stigmata Maydis
Pączków brzozowych	25,0	Gem. Betulae
Dzięglowego korzenia	25,0	Rad. Angelicae
Nasion anyżu (przetłuczon.)	25,0	Sem. Anisi (contus.)

Zmieszać. Naparzać pod przykryciem na parę godzin z łyżki stołowej na szklankę i pić trzy szklanki dziennie.

Silnie moczopędne:

B

Korzenia szparagowego	50,0	Rad. Asparagi
„ bzowego	50,0	„ Sambuci
„ lubiśnika	40,0	„ Levistici
Turzycy piask. łod. podziemn.	60,0	Rhiz. Caricis
Kwiatu tarniny	30,0	Flor. Pruni spin.

Zmieszać. Naparzać dziś na jutro z 3 łyżek na 3 szklanki i wypić w ciągu dnia.

34. **Asperula odorata L.** (Rubiaceae) — *Barwica wonna* albo Marzanka. ♃

Dziko rośnie w wilgotnych i cienistych lasach liściastych, u nas częściej, niż na Zachodzie, gdzie znacznie ją wytępiono do przygotowania wina mozelskiego, zwanego z tą przyprawą „Maiwein“ albo „Maitrank“.

Ziele czołgające się o łodygach czterokątnych i liściach lancetowatych, okółkowo tj. obrączkami wyrastających. Kwiatki drobne, białe, pachnące w maju i czerwcu. W świeżym stanie prawie że nie ma zapachu, lecz występuje on z chwilą, gdy ziele podsycha. Smak posiada gorzkawy.

Zbierać: najlepiej przed kwitnieniem, suszyć zaś w cieniu i możliwie szybko. Przechowywać sucho i w zamkniętym naczyniu.

Zawiera: osobliwe ciało pachnące, tzw. „kumarynę", o zapachu, przypominającym siano, ale silniejszym[1]).

Dostosowanie: w bardzo słabym naparze (najlepiej w pomieszaniu z innymi ziołami) — w chorobach wątroby, przeciw żółtaczce, zaparciu stolca, histerii, przy kamieniach pęcherza i przy cierpieniach nerwowych.

W handlu ziołowym nosi marzanka nazwę Herba Asperulae, Matrisilvae albo Hepaticae stellatae.

35. **Aspidium Filix mas** *Willd* (Filices) — *Paproć samcza.* ♃

Rośnie w naszych lasach, środkowo- i północno - europejskich, w Północ. Ameryce i półn. Azji, na ziemi wilgotnej.

Posiada trzon gruby, zewnątrz brunatny, wewnątrz trawiastozielony; liście podwójnie pierzaste, młode wierzchołkowe liście pozakręcane do środka w kształcie pastorału. Kwiatów ta ani żadna paproć nie wydaje, rozmnaża się zaś pośrednio z wydanych na dolnej stronie zarodników. Wobec tego legenda o zakwitaniu paproci w noc Świętojańską i szczęściu związanym ze znalezieniem tego kwiatu jest tylko bajką, ubraną w poezję.

---

[1]) Zapach dobrego łąkowego siana pochodzi od trawy zwanej Tonką wonna. (Autoxantum odoratum).

Zbierać: trzon, tj. łodygę, lecz tylko młodych osobników. Młode paprocie mają trzon po rozkrajaniu pięknie zielony, stare zieloność tę zachowują tylko w wierzchołku. Taka łodyga nie ma żadnej wartości leczniczej. Zbiór paproci trwa od lipca do października, gdyż trzony paprociowe wysychają trudno i wysuszenie ich w jesieni jest bardzo mozolne.

Wyciąg z korzenia paproci samczej, sporządzony na eterze, jest powszechnie używanym w medycynie środkiem przeciwko tasiemcowi. Jeszcze Dioscorides i Gallen zalecali paproć przeciw tasiemcowi, lecz później środek ten został zapomniany, jak to się dzieje z wieloma najdzielniejszymi lekam roślinnymi, jednakże w XVIII wieku paproć samcza została odgrzebana z pyłu zapomnienia i dotąd znajduje się na swym zasłużonym stanowisku. Z historii tego leku można przytoczyć fakt, że Ludwik XV zapłacił wdowie po szwajcarskim chirurgu Mufflerowej, za sekretny środek przeciw tasiemcowi 18 tysięcy franków, a tym specyfikiem był sproszkowany trzon paproci samczej.

Zaznaczam tutaj, że wyciąg eteryczny paproci samczej w pomieszaniu z tłuszczami jest łatwo wsysany przez organizm i łatwo może się stać przyczyną otrucia i to samo być może przy użyciu w proszku.

Trzon paproci samczej dotąd tylko zachowuje swe działanie, dopokąd nie zatraci w rozkroju zieloności, a ponieważ sproszkowany utraca wartość szybko, zatym przechowywać go należy w całości.

Ciała czynne: filmoron, kwas filixogarbnikowy, kwas filixowy.

W domowym leczeniu lepiej nie stosować paproci, a truć solitera ziarnkami dyni. (patrz Nr 55).

36. **Berberis vulgaris** (Berberideae-kwaśnicowate) — *Kwaśnica-Berberys.* ◡

Wszystkim znany krzew o korze popielatej, liściach dosyć drobnych, łopatkowatych, w smaku kwaśnych, kwiatach żółtych i jagodach czerwonych, nadzwyczaj kwaśnych.

Dojrzałe jagody berberysu służą do przygotowania soku (cukrowca), zastępującego cytrynę, a przewyższającego ją w smaku, tak że z wodą daje się chorym dla ugaszenia pragnienia i jest środkiem przeciwgorączkowym (patrz jeżynę).

Drobne, mniej więcej jak grubość zapałki, korzenie używane są w mieszankach ziołowych przy hemoroidach, kamieniach żółciowych i chorobach wątroby. Należy je wymyć, bardzo drobno za świeża skrajać i wysuszyć. Z grubszych korzeni może być zdjęta sama tylko kora, drzewo zaś należy odrzucić.

37. **Betonica offcinalis L.** (Labiatae) — *Bukwica lekarska.* ♃

Spotyka się dosyć często w zaroślach, gajach i na łąkach, na ziemi urodzajnej, niezbyt suchej.

Łodyga wzniesiona, czterokątna, do 40 cm wysoka, liście podłużne sercowate lub prawie owalne, tępo zakończone, piłkowano karbowane, omszone. Kwiaty purpurowe, wargowate, niby w okółkach, tworzących kłosy. Całe ziele, szczególniej korzeń, posiada balsamiczny zapach i gorzki, ostrokorzenny smak.

Zbierać na początku kwitnienia i suszyć w cieniu.

Zawiera: olejek lotny, gorzknik, itd. Dokładnie skład nie zbadany.

Zastosowanie: Dawniej lek niemal uniwersalny na wszystkie choroby, szczególniej we Włoszech i Hiszpanii, gdzie do dzisiaj zachowało się przysłowie: „sprzedaj tunikę i kup betonikę”.

Obecnie w medycynie betonika nie jest używaną, w leczeniu zaś ziołowym jako odwar abo herbata przy katarach dróg oddechowych i artretyzmie, cierpieniach wątroby i zaburzeniach w trawieniu. Własności rozwalniające.

A Przy reumatyzmie:

Bukwicy lek.	40,0	Hb. Betonicae
Korzenia turzycy	100,0	Rad. Caricis arenariae
Strączyn fasoli	80,0	Folliculi Phaseoli
Kory wierzbowej	30,0	Rad. Salicis

Łyżkę naparzać na szklankę i wypijać dwie do trzech dziennie.

B Przy cierpieniach wątroby:

Bukwica lek.	30,0	Hb. Betonicae
Korzeń brodawnika	40,0	Rad. Taraxaci
Kora berberysu	40,0	Cort. Berberidis
Rdest ptasi	30,0	Hb. Polygoni avic.
Dziurawiec	40,0	Hb. Hyperici
Kora kruszyny	30,0	Cort. Frangulae
Ziele trojanka	30,0	Hb. Hepaticae

Zmieszać. Naparzać z łyżki na szklankę i pić dwa razy dziennie po $^3/_4$ szklanki.

W handlu ziołowym ziele bukowicy nosi nazwę: Herba Betonicae.

38. **Betula alba L.** (Betulineae) — *Brzoza pospolita.* ±

Drzewo naszych lasów, obok sosny i jodły stanowiące najpospolitszy drzewostan.

Kora biała, w młodości zdzierająca się poprzecznie, w starszym wieku staje się szarą i popękaną. Młode gałązki okryte są korą brunatną, brodawkowatą. Liście trójkątne lub jajowatotrójkątne, kończyste, ostropodwójnie piłkowane, w mło-

dości lepkie, ogonkowe. Kwitnie w kwietniu, maju, tworząc długie wiszące kotki (bazie).

Zbierane są pączki brzozy, gdy nabiorą lepkości, lecz jeszcze nie popękają i młode liście jeszcze niezupełnie wyrosłe i pokryte lepką żywicą. Tak pączki jak i liście należy szybko wysuszyć i przechowywać w naczyniu zamkniętym.

Zawierają zarówno pączki jak i liście z interesujących nas składników: olejek eteryczny, żywicę i garbnik. Żywica rozpuszcza się w mocnej wódce i spirytusie, a znacznie więcej od liści zawierają jej pączki.

Zastosowanie: liście posiadają silne własności moczopędne, pączki również ale w mniejszym stopniu. Z liści przygotowuje się napar, który naciągać powinien pod nakryciem. Stosuje się przy cierpieniach nerek, pęcherza, wodnej puchlinie i reumatyzmie. Z pączków robi się nalewka i w pomieszaniu z wodą służy do gojenia ran, szczególnie świeżo zadanych.

Jeżeli z chwilą ruszenia soków naświdrować pień brzozy i założyć cewkę, z okaleczenia obficie wycieka słodkawy sok, zwany oskołą. Sok ten, przecedzony i pity na świeżo, działa jako środek moczopędny i czyszczący krew, zatem przez okres wypływania nadaje się do tzw. majowego leczenia. Pije go się rano po 1 — 2 szklanek, na surowo.

A Moczopędne:

Liści brzozowych	40,0	Fol. Betulae
Kwiat jarzębiny	20,0	Flor. Sorborum
„ nawłoci	20,0	„ Solidago Virgae aur.
„ bzowy	30,0	„ Sambuci
Korzenia bzowiny	30,0	Rad. Sambuci

Zmieszać z łyżki czubatej na szklankę naparzyć i wypić na 2 razy w ciągu dnia.

B Moczopędna mieszanka:

Liści brzozowych	30,0	Fol. Betulae
Połonicznika	20,0	Hb. Herniariae
Hebdowy korzeń	30,0	Rad. Ebuli
Mącznicy garbar.	30,0	Fol. Uvae Ursi
Pomurnika	20,0	Hb. Parietariae

Zmieszać. Naparzyć 2 łyżki na 2 szklanki i wypić na 4 razy w ciągu dnia.

39. **Bidens tripartita L.** (Compositae) — *Dwuząb trójdzielny.* ⊙

Ziele pospolite na ziemiach wilgotnych i urodzajnych, np. w ogrodach warzywnych, nad brzegami sadzawek, rowów przydrożnych i pod płotami.

Dorasta niekiedy do ¾ metra wysokości, łodygę ma sztywną, symetrycznie rozgałęzioną, liście trójdzielne, każda zaś działka podłużnie lancetowata, szpiczasta, piłkowana. Kwiatogłówki płaskie, żółte, kielichookrywa czerwonawobrunatna. Nasiona klinowate, cisawe, uzbrojone haczykami, przez co chwytają się ubrania i masowo je oblepiają, szczególniej wełnę. Zapach niemiły, smak cierpkopiekący.

Z b i e r a ć podczas kwitnienia i po odrzuceniu grubych łodyg wysuszyć dokładnie.

Z a s t o s o w a n i a w medycynie nie ma, wszakże w leczeniu ludowym, szczególnie w Rosji, cieszy się szeroką popularnością, głównie przy kąpielach na oczyszczenie krwi, dla dzieci skrofulicznych przy rozmaitych wyrzutach skórnych, wewnętrznie zaś w postaci herbaty. Roślina ta przed wojną rozchodziła się w Rosji tysiącami pudów, (pud = 16 kg 380 g) — pod nazwą „trawa czereda".

A Przepis na mieszankę do picia:

Ziela dwuzębu	50,0	Hb. Bidentis
Liści orzecha włoskiego	30,0	Fol. Juglandis
Rozłogów turzycy	100,0	Rhiz. Caricis

Zmieszać. Zaparzać dziś na jutro, stołową łyżkę na szklankę i wypić dziennie 1—2 szklanek. Można chłodzić lub dolewać mlekiem.

B Przepis do kąpieli:

Ziela dwuzębu	180,0	Hb. Bidentis
Szyszek chmielu	180,0	Strobuli Lupuli
Ziela nostrzyku	180,0	Hb. Meliloti officinal.
„ lebiodki	120,0	Hb. Origani vulgar.

Zmieszać. Na 6 kąpieli. Naparzyć 1/6 pod przykryciem i każdą kąpiel na dwa razy użyć.

40. **Brassica nigra Koch.** (Cruciferae) — *Gorczyca czarna.* ⊙

W dzikim stanie rośnie na polach środkowej i południowej Europy, uprawiana zaś jest na olej tłusty i bardzo smaczny, musztardę i do lekarskiego użytku.

Do tego ostatniego celu najlepsza jest gorczyca tzw. holenderska, gdyż posiada własności najbardziej ostre. Bardzo mocną gorczycę można wyhodować tylko tam, gdzie jest klimat wilgotny z częstymi mgłami i unoszącymi się oparami.

Zawiera do 30% oleju tłustego, glukozyd sinigrynę i ferment miroziny, alkaloid-sinapinę, śluz, ciało białkowe itd.

Zmielone ziarno przy roztarciu z wodą zimną wydaje nadzwyczaj gryzący zapach, tworzącego się w tych warunkach olejku eterycznego o własnościach bardzo trujących i drażniących skórę.

Na tej zasadzie z dobrej czarnej gorczycy wyrabiane są gorczyczniki (z ziarna odtłuszczonego) i po subtelnym roztarciu zarobione kauczukiem.

Utłuczona gorczyca zarobiona zimną wodą na ciasto i rozsmarowana na płótno lub papier, używana jest jako środek odciągający przy kolkach i częstokroć w porę użyta, zapobiec może rozwinięciu się ciężkiej choroby.

Olejek eteryczny odpędzany z gorczycy czarnej, zmieszany w stosunku 1 cz. do 50 cz. spirytusu, służy do smarowania, właściwiej wcierania, zmieszany działa podobnie jak synapizm. Spirytus gorczycowy jako zbyt ostry, używany jest do smarowania z innymi ingrediencjami (lawendowy, kamforowy itp.) po równych częściach.

Spirytusu gorczycowego, przede wszystkim zaś olejku eterycznego nie powinno się wąchać, a tym bardziej pić, gdyż w pierwszym wypadku strasznie podrażnia drogi oddechowe, a w ostatnim — sprowadza śmierć przy strasznych cierpieniach.

41. **Calendula officinalis L.** (Compositae) — *Nagietek lekarski.* ⊙

Pochodzi ze wschodu i południowej Europy, jako zaś roślina kwiatowa, w licznych odmianach trzymany jest w ogrodach.

Rośnie kępiasto i zwarto. Łodygi i liście soczyste, łamliwe, gęsto pokryte pęcherzykami olejku lotnego. Liście zmiennej postaci, to odwrotnie jajowate, to lancetowato wydłużone, całobrzegie. Kwiatogłówki promieniste (w odmianach różnych odcieni koloru białego, aż do ciemno-ognisto-czerwonego). Nas obchodzą tylko ciemnoogniste, tak pojedyncze jak i pełnokwiatowe. Zapach całej rośliny silny, żywicznoaromatyczny. U nas roślina tylko jednoletnia, gdy jednakże dobrze okryć nagietki na zimę liśćmi, w następnym roku wypuszczają z korzenia.

Zbierać: płatki kwiatowe (promienie) tylko z kwiatów ciemno-czerwonych, cienko rozpościerać na słońcu i doskonale wysuszyć. Na zamówienie zbiera się niekiedy i ziele, tj. liście i cieńsze rozgałęzienia, co już suszyć trzeba w cieniu. Ziele wysuszone zatraca zapach.

Zawiera: w liściach, łodygach i kielicho-okrywach w dużej ilości ładnie pachnący olejek eteryczny, żywicę, gorzknik wyciągowy, białko, gumę i sole mineralne.

Zastosowanie: olejek lotny ma własności podniecające i przeciwgnilne, ziele napotne, czyszczące krew i moczopędne. Odwar z ziela i kwiatów używany jest przy powiększeniu i stwardnieniu wątroby i śledziony, przy skrofułach, przy wadliwej, tj. zbyt małej menstruacji; sok wyciśnięty albo odwar do gojenia owrzodzeń skrofulicznych itd. Są to wszystko zastosowania w lecznictwie ludowym, sądzę jednak, że nagietek nie jest bynajmniej rośliną podrzędnego znaczenia dla medycyny i dlatego wartoby poddać go ścisłemu wypróbowaniu.

A Przy chorobach wątroby:

Kwiat nagietka	30,0	Flor. Calendulae
„ koniczyny białej	30,0	Flor. Trifolii albi
Ziela przylaszczki	20,0	Hb. Hepaticae
„ dziurawca	40,0	„ Hyperici
„ skrzypu polnego	20,0	„ Equiseti arvense
„ tysiącznika	20,0	„ Centaurii

Zmieszać. Naparzać łyżkę na 3/4 szklanki i pić dwie takie dozy dziennie.

B Przepis do kąpieli:

Ziela nagietka	180,0	Hb. Calendulae
„ dwuzębu	180,0	„ Bidentis
„ marzanki	180,0	„ Asperulae
Korzeń mydliku	180,0	Rad. Saponariae

Na 6 kąpieli. Naparzyć 1/6 pod przykryciem i każdą kąpiel użyć na 2 razy.

42. **Capsella Bursa pastoris.** (Cruciferae) — *Tobolki, Tasznik, Kaletka pasterska, Bydełnik.* ⊙

Jedna z najpospolitszych roślin, wszędzie porastająca uprawne pola, miedze, odłogi, przydroża itp.

Dorasta do 25 cm; liście ma wielokształtne, zacząwszy od głęboko wycinanych korzeniowych, aż do strzałkowatych i całobrzegich na łodydze. Kwiaty drobne, czteropłatkowe, białe, zebrane w kłos, stopniowo kwitnący i wydłużający się. Owoc łuszczyna odwrotnie sercowata; nasiona ciemnożółte. Woń i smak gorzkawoczosnkowate.

Zbierać: od początku maja do lipca. Suszyć w cieniu, zbierać należy całą roślinę, tylko bez korzenia.

Zawiera: głównie olejek lotny, o ostrym zapachu i gorzknik. Znaleziono także w taszniku alkaloid „bursinę” (Bombelón).

Zastosowanie: hemostatyczne działanie przy krwotokach wewnętrznych, szczególniej macicznych, jak wielokrotnie stwierdzono w taszniku. Mocny odwar z czubatej łyżki na szklankę wody, z dodatkiem soku berberysowego; porzeczkowego albo cytryny, stanowi porcję na dwa wypicia i po takiej ilości wystudzony odwar pić należy 3 — 4 razy dziennie. Znacznie wygodniejszy jest wyciąg (ekstrakt) płynny, dający tyle płynu, ile było suchego ziela. Ekstrakt przyjmuje się po 30 — 40 kropel na kieliszek wody z cytryną lub kwaśnym sokiem, w miarę potrzeby, 4 — 7 razy dziennie. Ponieważ jedna roślina nie działa tak dobrze jak dwie lub trzy razem, tasznik można mieszać pół na pół z pieprzem wodnym (Polygonum hydropiper) i tak samo dwa wyciągi razem — po 30—40 kropel 4 — 6 razy dziennie.

Przy krwotokach płucnych, nerkowych i pęcherzowych tasznik także jest zalecany i najlepiej wespół z pieprzem wodnym, przy czym, szczególniej w dwóch ostatnich wypadkach,

dodatek śluzowatych substancji i środka moczopędnego jest zalecony, zatem jeśli przyjmujemy wyciąg, to na gęsto przygotowanym ślazie, w herbacie zaś, dodając do niej sporo korzenia ślazowego.

Tu przytoczę parę wzorów przygotowania ziółek:

Przy ukazaniu się krwi w plwocinach (z płuc) i nadmiernym miesiączkowaniu.

A

Ziela taszniku (drobno krajan.)	15,0	Hb. Bursae past. (concis.)
„ pieprzu wodnego (dr. kr.)	15,0	Hb. Polygonii hydrop. (concis.)
Korzenia ślazowego (dr. kr.)	6,0—10,0	Rad. Althaeae off. (concis.)

Połowę nalać dwiema szklankami gorącej wody i mieszając od czasu do czasu, pozostawić na 3 godziny, po czym przecedzić, opłukać wyżymki, aby otrzymać 2 szklanki płynu, wcisnąć sok z całej cytryny albo dodać soku berberysowego, osłodzić i na zimno wypić w ciągu dnia na 4 — 6 razy.

Przy krwawej urynie ziółka następujące:

B

Ziela taszniku (drobno krajan.)	15,0	Hb. Bursae past. (concis.)
„ pieprzu wodnego (dr. kr.)	15,0	Hb. Polygonii hydrop. (concis.)
Liści brzozy zb. w maju „ „	10,0	Fol. Betulae „
Kory bzu czarnego „ „	10,0	Cort. Sambuci nigri „
Korzenia ślazowego „ „	20,0	Rad. Althaeae off. „

Przygotować, jak powyżej, na dwie szklanki odwaru i wypić go w 8 porcjach w ciągu dwóch dni. W uporczywych wypadkach dodaję do całej porcji (do 2 szklanek) 10 — 20 kropel oleju skalnego oczyszczonego i doskonale go z płynem skłócać przy każdorazowym użyciu. Płyn w tym wypadku musi być koniecznie gęsty, aby olejek łatwo nie spływał.

Tasznikowi przypisują jeszcze własności podniecające, ściągające, moczopędne i czyszczące krew.

Według dr Waisera tasznik przyczynia się do zwapniania jam płucnych i dlatego powinien być używany przez gruźlików, np. w mieszankach:

C

Ziele tasznika	30,0	Hb. Bursae
Mech płucnika lek.	30,0	Lich. Pulmonariae
Nasiona anyżu	20,0	Sem. Anisi vulg.
Korzeń lukrecjowy	30,0	Rad. Liquiritiae
Kwiat fiołka wonnego	10,0	Flor. Vioalae odor.

Zmieszać. Naparzać przez 2 godziny z łyżki na szklankę i używać na 2 razy do południa i tyleż do wieczora.

43. **Carex arenaria L.** (Cyperaceae) — *Turzyca piaskowa*. ♃

U ludu naszego turzyce nazywane są często kwaśnymi trawami albo dzierzęgami, nazwa zaś „turzyca" prawdopodobnie powstać musiała od tura albo żubra; żubry bowiem, gnieżdżąc się niegdyś po bagnistych miejscach, gdzie rośnie dużo gatunków turzyc błotnych, miały żywić się tymi roślinami [1]).

Rodzaj botaniczny — Carex, obejmuje do 600 lepiej oznaczonych gatunków, z których systematycy w polskiej florze naliczają do 90 turzyc, lecz z nich najrzadszym jest Carex arenaria, mylnie za pospolitą roślinę uważany; pod nazwą jednak turzycy piaskowej zbierane są do lekarskiego użytku różne gatunki lądowe, rosnące na piaskach, i właściwie różnią się one między sobą wyłącznie tylko subtelnymi cechami botanicznymi, nie zaś działaniem.

Prawdziwa turzyca piaskowa rośnie u nas na Pomorzu, w Poznańskim koło Trzemeszna i Międzyrzecza. Prof. Ro-

[1]) Jedynym miejscem, gdzie utrzymały się jeszcze żubry, była puszcza Białowieska. Do pierwszej wojny światowej zachowało się ich do 300 sztuk, były bowiem otaczane nadzwyczajną opieką ze strony rządu rosyjskiego. Podczas okupacji niemieckiej wyniszczyli żubry Niemcy i kłusownicy.

stafiński znajdował ją pod Warszawą, koło Bielan i Czerniakowa, a prof. Berdau na piaskach koło Prądnika.

Gatunek ten posiada rozłogi długie i rozgałęzione, członkowate, głęboko w ziemię idące, słabego, miłego zapachu. Źdźbło do 60 cm wysokie, szorstkie, u góry nagie. Liście odstające, równowąskie, na końcach rynienkowate, trójkątne, na nerwie środkowym od spodu wstecznie szorstkie, kłos wierzchołkowy męski, niższe — żeńskie. Nasiona a właściwiej owoc tępo kątowaty, jajowopodłużny, żółtawy, zakończony podstawą szyjki. Kwitnie w maju i czerwcu i rośnie po wilgotnych miejscach.

Z b i e r a ć: rozłogi na wiosnę, wymyć doskonale wysuszyć i nitkowate korzonki ukruszyć, co daje się zrobić tylko przy wysuszeniu aż do łamliwości.

Z a w a r t o ś ć: w małej ilości gorzknik wyciągowy, ślady olejku lotnego, śluz, żywica balsamiczna.

D z i a ł a n i e i z a s t o s o w a n i e: czyszczące krew, przemiana materii, moczopędne, napotne. Przez Gleditscha i innych współczesnych rozłogi turzycy piaskowej uważane były za lek równie działający z sarsaparillą, a nawet ją przewyższający, a więc na oczyszczenie krwi przy syfilisie, wyrzutach skórnych, skrofułach, gośćcu (reumatyzm) itd. Rozłogi turzycy stosowane są w ziółkach jako odwar do picia, tak dla dzieci jak dla dorosłych, np.:

D l a d z i e c i s k r o f u l i c z n y c h:

A

Rozłogów turzycy (drobno skrajan.)	2	części	Rhiz.	Caricis (concis.)
„ perzu zwyczajnego (dr. skr.)	4	„	„	Graminis (concis.)
Ziela bratków polnych „ „	4	„	Hb.	Violae tric. (concis.)
„ dwuzębu trójdzielnego „ „	1	„	„	Bidentis trip. „
Liści wiśniowych „ „	1	„	Fol.	Pruni ceras. „
„ orzecha włoskiego „ „	1	„	„	Juglandis „
„ poziomki jadalnej „ „	1	„	„	Fragariae „

Z łyżki ziółek naparzyć 3/4 szklanki. Naparzać przez pół godziny, przecedzić, osłodzić, zalać mlekiem i pić rano i wieczór po szklance.

Dla dorosłych na przemianę materii:

B

Rozłogów turzycy piaskowej	2	części	Rhiz. Caricis
„ perzu zwyczajnego	6	„	„ Graminis
Korzeni łopianu pospolitego	1	„	Rad. Bardanae
„ mydliku lekarskiego	1	„	„ Saponariae
Słodu owsianego (albo jęczmien.)	2	„	Malt. Avenae (vel Hordei)

Z czubatej łyżki stołowej ugotować szklankę odwaru i pić po szklance rano i wieczór. Gotować 1/4 godziny i na gorącym trzonie trzymać godzinę.

44. **Carlina acaulis L.** (Compositae) — *Kąsina niska, Dziewięćsił.* ♃

Prawie bezłodygowa roślina kolczasta, wyrastająca na wzgórzach marglowatych lub wapiennych, po zaroślach, pastwiskach w Sandomierskim, Krakowskim, Stanisławowskim.

Liście podwójnie-pierzasto-sieczne, rozpostarte nad ziemią, mocno kolące, kwiat jeden żółtawy, wielki zakończający łodygę, zaledwie o wysokości 10 cm. Kwitnie przez lipiec i sierpień.

Zbierać: korzeń, na wiosnę albo w jesieni, wymyć, ususzyć i przechowywać zamknięty.

Zawiera: inulinę, żywicę, ślady olejku lotnego.

Zastosowanie: Niegdyś lek, cieszący się wielką popularnością w medycynie, obecnie zapomniany został zupełnie, pozostaje tylko w lecznictwie ludowym.

Stosowano korzeń kąsiny niskiej, jako środek napotny, moczopędny, wzmacniający nerwy i trawienie, a również w chorobach macicy.

Pewne własności podniecające roślina ta posiada i bywa nastawiana na winie i wódce, jako środek wzmacniający nerwy i trawienie.

45. **Carum Carvi L.** (Umbelliferae) — *Karolek pospolity.* ⊙

Błędnie roślina ta nazywana jest kminkiem, który oznacza zupełnie inną roślinę, bo Cuminum Cyminum.

W dzikim stanie wyrasta na żyznych wilgotnych łąkach, na miedzach i przy drogach, zawsze na ziemi urodzajnej i niesuchej; uprawiany jest na znacznych przestrzeniach, głównie w Holandii, do celów przemysłowych.

Łodyga stojąca, gałęzista od samego dołu, bruzdowana, liście podwójnie-pierzasto-dzielne, listki szczupłe, równowąskie, kwiaty białe w baldachach, kwitnie w maju i czerwcu. Nasiona o smaku korzennopalącym.

Zbierać: nasiona gdy zaczynają ciemnieć i wysuszać je doskonale, aby nie zatęchły.

Zawiera: w nasionach (właściwie owocach) przede wszystkim olejek lotny, którego w dzikim bywa około 3%, w uprawianym zaś do 5%. Olejek ten ma ogromne zastosowanie w przemyśle (głównie wódczanym), w perfumerii, wyrobie mydeł, a nasiona w piekarstwie i sztuce kulinarnej. Aby dać pojęcie o ilości spotrzebowywanego olejku karolkowego, dosyć powiedzieć, że w samym Lipsku (Miltitz pod Lipskiem) fabryka olejkowa Schimmel'a odpędzała rocznie 30.000 kg. Oprócz olejku lotnego, karolek zawiera jeszcze garbnik, żywicę, białko, wosk, barwnik, tłuszcz i sole mineralne.

Zastosowanie: nasiona posiadają własności moczo i wiatropędne, przeciwkurczowe, rozgrzewające, pobudzające czynności żołądka i kiszek, powiększają wydajność pokarmu u matek karmiących itd. W powyższych potrzebach daje się karolek w proszku, na każdy raz przygotowywanym (aby nie wietrzał, rzadziej w odwarze, chyba że wchodzi w skład jakichś ziółek.

Karolek, dodawany po trochu krowom dojnym do paszy, pomnaża udoje mleka, tak że przy nadmiarze sprowadzić może aż wycieńczenie. Nawet słoma karolkowa podawana w pewnej ilości do sieczki, wywiera na krowy dojne podobne działanie, choć naturalnie wielokrotnie mniejsze.

Przy niedomaganiach żołądka i kiszek, powtarzających się bólach, uczuciu zimna, a nawet kurczach, robi dobrze następująca mieszanina olejków albo też ziółka:

A

Olejku eterycz.	karolkowego	5,0	gr	Oleum ether. Carvi
„ „	melisowego	0,5	„	„ „ Melliseae
„ „	rumiankowego	0,5	„	„ „ Chamomillae
„ „	miętowego	2,0	„	„ „ Menthae
„ „	dzięglowego	0,5	„	„ „ Angelicae
Alkoholu 90%		200,0	„	Spiritus

Zmieszać i przyjmować po 30 kropel na miałki cukier albo z kieliszkiem słabej wódki lub wody.

B

Liści melisy ogrodowej	30	części	Fol. Melissae
„ mięty pieprzowej prawdziwej	30	„	„ Menthae pip.
Kłącza tatarakowego	10	„	Rad. Calami
Korzenia dzięglu lekarskiego	10	„	„ Angelicae
Nasion karolku (przetłuczonych)	10	„	Fruct. Carvi (contus.)
„ anyżu „	10	„	„ Anisi „

Zioła drobno skrajać, nasiona przetłuc, zmieszać razem. Z łyżki naparzać szklankę ziółek i pić na gorąco. Naparzać pod przykryciem.

Powyższe dwie kompozycje z dobrym skutkiem mogą być stosowane przy cholerynie.

46. **Centaurea Cyanus L.** (Compositae) — *Chaber, Bławatek.* ⊙

Wszystkim znana jednoletnia roślinka ze swych pięknych, modrych kwiatów.

Te ulubione kwiaty chabrowe posiadają własności moczopędne i z dobrym działaniem stosowane mogą być przy chorobach nerek i pęcherza.

Do tego celu dobrać należy do chabru jeszcze parę odpowiednich ziółek np. według wzorów niżej podanych:

A Ziółka moczopędne słabsze:

Kwiatu wyskubanego chabru	25,0	Flor. Cyani
Ziela nawłoci pospolitej	20,0	Hb. Virgae aureae
„ pomurnika lekarsk.	20,0	„ Parietariae off.
„ dziurawca	20,0	„ Hyperici
„ podróżnika	20,0	„ Cichorei
Korzenia lubiśniku (drobnego)	25,0	Rad. Levistici (concis.)
„ tataraku (b. drobn.)	10,0	„ Calami (concis.)

Zmieszać. Naparzać pod przykryciem łyżkę na $^3/_4$ szklanki i pić po takiej ilości 3—4 razy dziennie.

B Mocniejsze moczopędne:

Kwiatu wyskub. chabru	30,0	Flor. Cyani
„ cierniowego	20,0	„ Pruni spin.
„ królowej łąk	30,0	„ Spiraeae ulm.
Korzenia bzu czarnego	30,0	Rad. Sambuci nigr.
„ wilżyny ciernist.	20,0	„ Ononidis sp.
Ziela nawłoci pospolit.	20,0	Hb. Solidago Virgae
„ dziurawca	30,0	„ Hyperici

Zmieszać. Naparzać i używać jak wyżej.

Kwiat chabru zbierać trzeba młody, to znaczy nieokwitający i po wysuszeniu powinien być jednostajnie modry (nie pstrokaty ani biały. Płatki zbielałe nie mają żadnej wartości).

Kielichy kwiatowe odrzucać.

47. **Cetraria islandica** *Ach.* (Ramalineae) — *Porost islandzki.* ♃

Jest to porost, właściwy stronom polarnym, w umiarkowanym zaś pasie trzymający się przede wszystkim wyżyn, na których podnosi się do 3 tys. metrów. W naszych lasach znaj-

duje się dosyć pospolicie na wzgórkach suchych, słonecznych, na ziemi płonnej, trzymając się jej powierzchni przy pomocy bardzo drobnych, nitkowatych przyczepek.

Plecha rozgałęziona, stojąca lub podnosząca się, do 10 cm wysoka, od spodu biała, przechodząca w barwę popielatą, a w górnych częściach zielonawowątrobianego koloru, z kasztanowatymi plamami, przypominającymi jakby skórzaną tarczę, skąd powstała nazwa rośliny — Cetraria od cetra — tarcza. Bliższe poznanie tego porostu pokazało, że jest on dziwnym obrazem współżycia (symbiozy) dwóch zupełnie odrębnych organizmów, bo grzyba z wodorostem.

Zbiera się całkowicie przez cały rok, naturalnie z wyjątkiem tej pory, kiedy leżą śniegi. Latem podczas suchej pory porost ten twardnieje i chrupie pod nogami, w porze wilgotnej staje się miękki i elastyczny. Ponieważ skrajać go w suchym stanie jest niezmiernie trudno, korzysta się zatem z jego zwilgotnienia, kraje jak najdrobniej i suszy.

Zawiera: licheninę (krochmal porostowy) nierozpuszczalną w zimnej wodzie, rozpuszczalną w niej dekstralicheninę, 2—3% gorzkie ciało krystaliczne, zwane kwasem centrorynowym, oraz kwasy inne: (fumarowy, protocentrarowy, fumarprotocentrarowy i lichesterynowy), a także cukier, gumę i sole mineralne (wapń, krzem, mangan, potas, fosforan żelaza, ślady jodu i bromu).

Zastosowanie: wewnętrznie — w ziółkach, tj. mieszankach roślinnych, w postaci odwaru, który powinien być gotowany długo, aby się rozpuściła lichenina. Odwar taki, gdy ostygnie, gęstnieje, tworząc galaretę.

Stosuje się przy rozwolnieniu (Kolit), dyzenterii, a głównie przy cierpieniach dróg oddechowych, przy gruźlicy czyli

suchotach. Centraryna czyli kwas centrorynowy używany jest jako pobudzający przy atonii żołądka (leniwe trawienie, brak apetytu i chroniczna obstrukcja).

O ile przy leczeniu narządów trawienia gorycz, (centraryna) może być pożądaną, o tyle w chorobach piersiowych stanowi ujemną stronę często przyjmowanego lekarstwa o wstrętnym smaku, i porost islandzki lepiej od niej uwolnić. Odgoryczenie porostu polega na zagotowaniu go w wodzie miękkiej z dodatkiem potażu (używanego do pieczenia pierników) (na 3200,0 gramów mchu, 15 litr. wody i 60,0 gramów potażu), odciśnięciu, opłukaniu czystą ciepłą wodą i powtórnym odciśnięciu, wreszcie wysuszeniu. Po takim obrobieniu porost islandzki w zupełności utraca gorycz i ugotowany z wodą daje kleisty płyn, nieprzykry w smaku.

W aptekach odgoryczony porost islandzki nosi nazwę Lichen islandicus examaratus.

Podaję tu parę wzorów przygotowania ziółek, stosowanych przy chorobach piersiowych, w których skład wchodzi porost islandzki:

A

Porostu islandzkiego odgorycz.	100	części	Lichen Islandicus exam.
Korzenia kosaćcowego	10	„	Rad. Irideae
Liści ślaziku leśnego	10	„	Fol. Malvae silv.
Korzenia lukrecjowego	30	„	Rad. Liquiritae
Liści fiołka pachnącego	10	„	Fol. Violae odor.
Korzenia omanowego	20	„	Rad. Inulae Hel.
Nasion anyżu siewnego	20	„	Fruct. Anisi sat.
Kwiatu dziewanny	20	„	Fl. Verbasci
Rozłogów perzu	40	„	Rhiz. Graminis

Perz, korzeń kosaćcowy i omanowy drobno skrajane, anyż przetłuczony; wszystko zmieszane dokładnie! Z pełnej łyżki stołowej ziółek

ugotować 3/4 szklanki odwaru, gotując go 1/4 godziny, przecedzić, dolać do pełnej szklanki mlekiem i wypić taką ilość rano, w południe i na noc.

B

Porostu islandzkiego odgorycz.	100	części	Lichen Islandicus exam.
Kwiatu malwy czarnej			Fl. Malvae arbor.
(albo ślaziku leśnego)	10	„	(vel Malvae silv.)
Kwiatu lipowego	10	„	Fl. Tiliae
Liści babki lancetowatej	30	„	Hba Plantag. lanc.
Korzenia omanowego	10	„	Rad. Inulae Hel.
Ziela szanty pospolitej	20	„	Hba Marrubii vulg.
„ nostrzyka żółtego	10	„	„ Meliloti
Fig kramnych	40	„	Fruct. Caricae

Wszystko drobno skrajane. Przygotować i przyjmować jak wyżej.

C

Porostu islandzkiego	100,0	Lichen Islandicus
Korzenia lukrecjowego	30,0	Rad. Liquiritae
„ żywokostu kauk.	30,0	„ Consolidae off.
Kwiatu fiołka ogrod.	6,0	Fl. Violae odor.
Kłębu irysowego	20,0	Rhiz. Iridis
Nasion anyżu	30,0	Fr. Anisi

D

Porostu islandzkiego odgorycz.	60	części	Lichen Islandicus exam.
Rozłogów perzu	60	„	Rhiz. Graminis
Liści babki lancetowatej	30	„	Fol. Plantaginis lanc.
Ziela szanty pospolitej	30	„	Hb. Marrubii vulg.
„ marzanki wonnej	10	„	„ Asperulae odor.
Kwiatu dziewanny	10	„	Fl. Verbasci
„ maku polnego	10	„	„ Papaveris rhoeas
Korzenia kosaćcowego	10	„	Rad. Iridis
Słodu browarnego	30	„	Malt. Hordei

Przygotowanie i użycie jak wyżej, można wszakże robić odwar i dwa razy mocniejszy.

Mniej złożone, a jednak bardzo dobre ziółka z mchem islandzkim, stosowane przy chorobach dróg oddechowych, przedstawia kompozycja następująca:

E

Porostu islandzkiego odgorycz.	50	części	Lichen Islandicus exam.
Rozłogów perzu	30	„	Rhiz. Graminis
Kwiatu ślaziku	30	„	Fl. Malvae silv.
„ cierniowego	30	„	„ Pruni spin.
Korzenia omanowego	30	„	Rad. Inulae Hel.
Nasion anyżu siewnego	30	„	Fr. Anisi sat.
Korzenia żywokostu	50	„	Rad. Consolidae off.
Kłębu lilii wodnej (białej)	10	„	Rhiz. Nympheae albae

Przygotować i przyjmować, jak powyższe.

48. **Chenopodium ambrosioides L.** (Chenopodiaceae) — *Komosa meksykańska.* ⊙

Nosi jeszcze nazwy: Jezuicka herbata, Mączyniec wonny i inne.

Pierwotnie pochodzi z Ameryki, lecz tam, gdzie jest hodowana, łatwo wysiewa się i dziczeje, znosząc doskonale nasz klimat.

Ziele, wyrastające do ¾ metra wysokości, o łodydze silnej, od samego dołu rozgałęzionej, bruzdowanej, gładkiej. Liście szerokolancetowate, z obu końców zwężone, zatokowo-nieregularnie wycinane i ząbkowane, miękkie, soczyste, delikatne, od spodu okryte żółtymi gruczołkami. Kwiatki drobne, nikłe, zielone w kątach liści w kupkowatych gronkach, od czerwca aż do późnej jesieni. Zapach rośliny bardzo silny, przenikliwy, lecz przyjemny, korzenny, nieco przypominający kamforę.

Z b i e r a ć, gdy już dobrze kwitnie i rozrośnie się, zatem od połowy lipca przez sierpień i wrzesień. Grube łodygi i rozgałęzienia odrzucić, gdyż są bez żadnej wartości. Wysuszyć starannie w cieniu i przechowywać w zamknięciu.

Zawiera do 1% olejku lotnego i dużo soli mineralnych.

Zastosowanie: przy chorobach nerkowych i jako środek moczopędny, dezynfekujący narządy moczowe. Komosa meksykańska z uznaniem stosowana jest w ziółkach przy tryprze (rzeżączce) jako diureticum, lecz jednocześnie zabijająca gonokoki. W tym wypadku najlepiej działa w pomieszaniu z zielem Połonicznika (Herniariae glabra), korzeniem omanu wielkiego i liśćmi ślazu.

A

Komosy meksykańskiej	20	części	Hb. Chenopodii ambr.
Połonicznika gładkiego	20	„	„ Herniariae glab.
Korzenia omanu wielkiego	10	„	Rad. Inulae hel.
Kwiatu ślaziku	10	„	Fl. Malvae silv.

Naparzać łyżkę czubatą na 3/4 szklanki wody i pić w takiej ilości 3 — 4 razy dziennie. Naparzać pod przykryciem.

B

Komosy meksykańskiej	20	części	Hb. Chenopodii ambr.
Ziela pomurnika	20	„	„ Parietariae off.
Korzenia kozłka lekarskiego	10	„	Rad. Valerianae
Liści ślazowych	10	„	Fol. Althaeae off.

Użycie i przygotowanie jak wyżej.

49. **Cichoreum intybus** (Compositae-Złożone) — *Podróżnik, cykoria dzika.* ♃

Znana wszystkim, wieloletnia roślina spotykana często po miedzach, przy drogach, nad rowami, po suchych pastwiskach, około pól uprawnych, szczególniej bądź na ziemiach gliniastych, lub też posiadających podglebie gliniaste.

Dorasta do metra i wyżej, rozgałęziając się w górę. Liście strzępiaste, kwiaty pełne, bezszypułkowe, naprzemianległe parami wyrastające na łodydze i rozgałęzieniach, wielkości złotówki, błękitne. Korzeń głęboko w ziemi siedzący, silny, mało rozgałęziony.

Ten sam podróżnik uprawiany, daje korzeń mięsisty, duży, przerabiany na cykorię do kawy.

Zbiera się całe ziele kwitnące, zanim łodygi nadmiernie nie wyrosną i są jeszcze soczyste. Suszyć trzeba w cieniu. Korzeń za świeża wymyć, bardzo drobno pokrajać i dopiero wysuszyć. Korzeń dzikiej cykorii może być zastąpiony korzeniem z uprawianej gdyż łatwiej się skrawa, a działanie ma to samo.

Użycie przy hemoroidach, chorobach nerkowych i żołądkowych.

50. **Cnicus benedictus** *Gaerten.* (Compositae) — *Kardybenedykta. Drapacz lekarski.* ⊙

Ziele roczne, w dzikim stanie rosnące w Turkiestanie, Persji, Azji Mniejszej i w połudn. Europie, uprawiane zaś wszędzie do celów leczniczych.

Dorasta do 40 cm. Łodyga stojąca, pięciokątna, soczysta, lepkawo-pajęczynowo-kutnerowa[1]). Liście bladozielone, z obu stron lepkokutnerowate, podłużnolancetowate, zatokowo wycinane, ząbkowanokolczaste. Kwiatogłówki żółte, umieszczone na wierzchołkach łodyg z kielicho-okrywą kutnerowatą uzbrojoną w czerwone, pierzaste kolce. Kwitnie w lipcu i sierpniu. Nasiona podłużne, walcowate, równolegle - podłużne-żłóbkowane, brudnożółtawe, z twardą szczeciniastą koroną.

Zbierać w czasie kwitnienia zrzynając roślinę nieco nad ziemią i suszyć w cieniu. Grube łodygi odrzucić.

Zawiera: ciało gorzkie, zwane knicyną, jabłczan magnezowy.

Zastosowanie: jako środek gorzki, pobudzający apetyt i czynność organów trawienia, np. przy dyspepsji.

---

[1]) Omszona.

Niezależnie od powyższych celów, kardybenedykta stosowana jest przy febrze, cierpieniach wątroby, katarze żołądka itd.

Wchodzi do różnych kompozycji ziółek gorzkich, trawiących, stosowanych przy zleniwieniu organów trawienia i złym funkcjonowaniu wątroby, np. w następujących ziółkach do picia:

A

Ziela kardybenedykty	20 części	Hb. Cardui bened.
„ tysiączniku	20 „	„ Centaurii
Kwiatu krwawnikowego	10 „	Fl. Millefolii
Rdestu ptasiego	40 „	Hb. Polygoni avic.
Korzenia dzięglowego	10 „	Rad. Angelicae

Zmieszać.

Z czubatej łyżki stołowej zrobić 3/4 szklanki naparu i wypić tę ilość na 1 — 2 razy przed jedzeniem.

B

Ziela kardybenedykty	20 części	Hb. Cardui bened.
„ piołunu	10 „	„ Absynthii
Liści bobrka trójlistnego	20 „	Fol. Trifolii fibr.
Kwiatu wrotyczowego	10 „	Fl. Tanaceti vulg.
Rdestu ptasiego	40 „	Hb. Polygoni avic.
Ziela dziurawca	40 „	„ Hyperici

Zmieszać.

Używać jak poprzednie.

C

Ziela kardybenedykty	20 części	Hb. Cardui bened.
„ krwawniku	50 „	„ Millefolii
Kłębu tatarakowego	10 „	Rad. Calami
Korzenia dzięglowego	10 „	„ Angelicae
Ziela dziurawca	40 „	Hb. Hyperici
Skórki pomarańczowej	10 „	Cort. Aurantiorum

Zmieszać.

Używać jak powyższe.

W aptekach znajduje się p. n. Herba Cardui benedicti.

51. **Convolvulus sepium** (Convolvulaceae) — *Powój wielki.* ♃

Korzeń ma łążący, a łodygę wiciowatą silnie okręcającą każdy napotkany przedmiot. Liście szeroko strzałkowate. Korony kwiatowe szeroko otwarte, powojowate, czysto białe. Ziarno okrągławe podobne do gryki polnej.

Kto by chciał roślinę tę uprawiać musi ją siać w jesieni lub na wiosnę, wprost na miejscu rzędami co 20 cm odległymi, wtykając z wiosną tyczki na 1,5—2 m długie.

D z i a ł a n i e posiada w korzeniu rozwalniające, dosyć silne, podobne do jalapy.

Korzeń zmielony przyjmować z cukrem, mieszając 1 część z 4 częściami cukru, na raz ½ do 1 łyżeczki od kawy.

W handlu ziołowym dostać jest trudno i trzeba z e b r a ć z dzikiego stanu albo wysiewać.

52. **Crataegus Oxyacantha** (Pomoideae) — *Głóg pospolity.* ±

Jest to krzew pierwszorzędnej wielkości, nawet drzewo gęsto uzbrojone cierniami, kwitnie w maju i czerwcu, a wyrasta po gajach, lasach i przy płotach.

Liście ma naprzemianległe, ogonkowe, odwrotnie jajowate, 3—5 klapkowe. Kwiaty białe, przyjemnego zapachu, gęsto na gałązkach wychodzące. Owoc czerwony wielkości jagody, kielichem uwieńczony, z dwoma kamienistymi ziarnami.

Kwiatostan tego głogu zadawany jest przy zaburzeniach nerwowych i nerwowo-sercowych z bardzo dobrym skutkiem. Zwalnia tempo uderzeń sercowych, zrównoważa działanie nerwu sympatycznego i splotu słonecznego. Spada dusznica

sercowa (neurosti cordis), nieraz połączona z bardzo wysokim ciśnieniem.

A

Kwiatu głogu posp.	30,0	Flor. Oxyacanthae
Ziela bluszczyku	15,0	Hb. Hederae terr. Glechoma
Korzenia kozłka lekarsk.	15,0	Rad. Valerianae
Kwiatu pomarańczowego	20,0	Flor. Aurantiorum
Korzenia ślazowego	20,0	Rad. Althaeae off.

B

Kwiatu głogu posp.	40,0	Flor. Oxyacanthae
Ziela nostrzyku	15,0	Hb. Meliloti
Kwiatu bzu	15,0	Flor. Sambuci
„ maku	20,0	„ Papaveris
Ziela przetacznika	20,0	Hb. Veronicae

C

Kwiatu głogu posp.	40,0	Flor. Oxyacanthae
Ziela bylicy posp.	25,0	Hb. Artemisiae
„ kozłka lekarsk.	20,0	„ Valerianae
Kwiatu biedrzeńca	20,0	Flor. Pimpinellae
Ziela jemioły białej	25,0	Hb. Visci albi

Wszystkie trzy mieszanki zaparzać łyżkę na szklankę pod dobrym nakryciem i wypić po pół szklanki na raz, 2 razy dziennie.

Ekstrakt czyli wyciąg zadaje się po 50 kropel na 1/2 szklanki wody i pije 3 razy dziennie.

53. **Coriandrum sativum L.** (Umbelliferae) — *Kolender.* ☉

Rośnie w dzikim stanie w południowej Europie, uprawiany u nas rozsiewa się i dziczeje. Przez hodowlę otrzymano odmianę wielkonasienną z zapachem szlachetniejszym.

Łodyga stojąca, w górze gałęzista; liście pierząste, dolne o listkach szerokich, zatokowych i ząbkowanych, górne — podwójnie pierzaste o listkach linijnych; kwiaty baldaszkowe, różowe, od czerwca do sierpnia; owoc kulisty, żeberkowaty, żółtawy, silnego korzennego smaku. W świeżym stanie owoc wstrętnie czuć pluskwami i dopiero po osuszeniu nabiera przyjemnego aromatu.

Roślina wybitnie miododajna, a chociaż w czasie kwitnienia wydaje odrażającą woń pluskiew, miód jednakże zebrany z kolendru należy do najprzedniejszych.

Zbierać nasiona.

Zawiera: w owocu olejku eterycznego około 1%, oleju tłustego około 13%.

Zastosowanie: pobudza trawienie, pędzi wiatry, posiada własności przeciwzimniczne i ułatwia oddzielanie się flegmy w wypadkach, gdy z trudnością odchodzi przy męczącym kaszlu.

W ziółka wiatropędne wchodzi np. podług takiego wzoru:

A

Kolendru (przetłuczonego)	1 część	Fr. Coriandri	(contus.)
Karolku „	1 „	„ Carvi	„
Kopru włoskiego „	1 „	„ Foeniculi	„
Anyżu „	1 „	„ Anisi vulg.	„
Rozłogów perzu (drobno skrajan.)	6 „	Rhiz. Graminis	(concis.)

Zmieszać.

Z łyżki stołowej naparzyć szklankę herbatki i wypić w ciągu dnia, na kilka razy.

B

Kolendru (przetłuczonego)	1 część	Fr. Coriandri	(contus.)
Karolku „	2 „	„ Carvi	„
Korzenia dzięglowego skrajanego	1 „	Rad. Angelicae	(concis.)
Kłębu tatarakowego „	1 „	„ Calami	„
Kwiatu cierniowego	5 „	Fl. Pruni spin.	

Zmieszać.

Przyjmować jak wyżej.

54. **Delphinium consolida L.** (Ranunculaceae) — *Ostróżka zbożowa.* ⊙

Znana wszystkim roślinka ze swych liliowych, błękitnych, różowych albo białych kwiatów, pospolicie w zbożu wyrastająca.

Dorasta do 25 cm. Łodygę ma gałęzistą, liście podzielone na równowąskie cząsteczki. Kwiaty ułożone w grona, tworzące razem wiechę, od czerwca do jesieni.

Zbiera się kwiaty, lecz tylko błękitne, i wysusza możliwie szybko, aby nie traciły koloru.

Zawiera: ślady olejku eterycznego, dalszy zaś skład nie zbadany. Barwnik błękitny ma zastosowanie w cukiernictwie.

Zastosowanie: wchodzi w skład różnych ziółek patentowanych zagranicznych, może nie jako środek działający, lecz raczej ozdabiający te mieszanki. Pobudza menstruacje. W lecznictwie ludowym napar z kwiatu ostróżki używany bywa do okładów przy zapaleniu oczu oraz w pomieszaniu z kwiatem malwy czarnej, rutą i chabrem na wywołanie albo zwiększenie odpływów miesięcznych u kobiet.

Wzór mieszanki pobudzającej menstruację:

A

Koron samych malwy czarnej	20,0	Corona Malvae arbor.
Ziela bożodrzewa	20,0	Hb. Abrotani
„ ruty lekarskiej	10,0	„ Rutae off.
Płatków chabru niebieskiego	15,0	Flor. Cyani
„ nagietka	15,0	„ Calendulae

Zmieszać.

Z dwóch łyżek naparzać szklankę i wypić w ciągu dnia 2 szklanki na 4 razy.

B

Ziela bylicy pospolitej	10,0	Hb. Artemisiae vulg.
„ lebiodki posp.	10,0	„ Origani vulg.
„ krzeciny pospolitej	20,0	„ Marrubii vulg.
Kwiatu ostróżki zbożowej	20,0	Flor Delphini
„ malwy czarnej	20,0	„ Malvae arbor.

Zmieszać.

Użycie jak wyżej.

Nogi moczyć po kolana w gorącej wodzie na noc i trzymać b. ciepło, kwasów unikać.

55. **Cucurbita pepo** — *Dynia vel Bania rodz. Dyniowate.* ☉

Znana roślina kuchenna używana do przyrządzania różnych potraw i marynat. Owoce ma różnej wielkości, a stosownie do wielkości owocu posiada i ziarna odpowiednio duże.

Nas interesuje głównie odmiana wielkoowocowa tzw. Maum dochodząca do 100 kg wagi i Melonowa żółta z owocami do 50 kg.

U takich wielkich dyń są również i wielkie ziarna, które łatwo jest poobierać ze skórki. W takim stanie zjada się ziarno b. drobno gryząc, a nierównie lepiej jest wyłuskane utłuc w moździerzu na miazgę, podobnie jak migdały do ciasta i w takim stanie albo też jeszcze cukrując, zjeść na raz ½ szklanki i w godzinę drugą połówkę.

Masą z ziarn dyniowych doskonale truje się tasiemiec (soliter) i trzeba stosować dynię, zanim będziemy zmuszeni uciec się do ekstraktu z Paproci samczej. Naturalnie ziarno dyni użyć trzeba na czczo i parę godzin wstrzymać się z jedzeniem.

56. **Drosera rotundifolia L.** (Droseraceae) — *Rosiczka okrągłolistna.* ♃

Drobna sympatyczna roślinka, bytująca na mokrych łąkach, błotach i torfowiskach, najczęściej między mchem białym, na którym rozpościera swe listki.

Korzeń ma włóknisty, dosyć nikły, czarniawy. Liście długoogonkowe, okrągławe, w ogonek zwężające się, o powierzchni nieco wklęsłej, gęsto porosłej gruczołkowatymi, czerwonawymi i jakby lepkimi włoskami, z których krańcowe są najdłuższe. Łodygi brak zupełny, liście zaś rozetowato wychodzą z korzenia. Pośrodku liści wyrasta głąbik kwiatowy gładki, do 12 cm wysoki, zakończony jednostronnym

kłosem drobnych, z początku zwisłych, później prostujących się kwiatków. Kwiatki te mają korony białe, rozchylające się około południa. Pylniki żółte. Nasiona jajowowalcowate, osłonięte powłoką. Smak liści kwaśny.

Kwitnie w lipcu i sierpniu.

Zbierać do lekarskiego użytku całą roślinkę, lepiej bez głąbików i kwiatów, więc do czasu zakwitnięcia i wysuszać w cieniu, lecz szybko, rozpościerając na papierach lub drewnianej podłodze bardzo cienko. Wysuszoną rosiczkę przechowywać w zupełnie suchym miejscu i w naczyniu zamkniętym.

Własności: rosiczka należy do roślin mięsożernych umiarkowanego klimatu (strefa gorąca posiada takich roślin wiele: Dionea novejpula, Saracenia, Nepentes desstillatoria itd.), chwyta owymi mackowatymi włoskami drobne owady, siadające na listkach, i wysysa z nich żywotne soki, pozostałą zaś suchą tylko łupinkę odrzuca. Zdolność wyciągnięcia z owadu wszystkiego, co może służyć za pokarm roślinie, zależy od zawartości w jej liściach i mackach silnie trawiących fermentów, które, przeniesione do żołądka ludzkiego, pełnią nadal tę funkcję. Dlatego to na rosiczkę zwróciła uwagę medycyna i stosuje ją z powodzeniem na całym Zachodzie przy osłabionej czynności narządów trawienia.

Rosiczka używaną jest także przy sklerozie (zwapnieniu naczyń patrz Świetlik).

Okazało się również, że rosiczka poza własnościami wyżej wymienionymi działa także bardzo dobrze przy chorobach narządów oddechowych, wątroby, śledziony, a w ogóle bardzo dodatnio, jakby ożywczo, na cały organizm i z powyższych powodów zastosowanie jej ciągle się wzmaga.

Rosiczka stosowana jest wewnętrz w postaci nalewki (najlepiej stosunku 5 cz. wódki 45° i jednej cz. suchego ziela) albo też w ziółkach (racjonalniej), więc łyżeczkę od herbaty napa-

rzyć ½ szklanką wody i wypić. Lepiej łyżeczkę rosiczki, tyleż kw. Jasnoty i po zagotowaniu wypić.
Rosnące u nas również R. średnia — Dosera intermedia oraz R. długolistna — D. anglica, te są wątpliwej wartości i w lecznictwie zastosowania nie mają.

57. **Equisetum arvense L.** (Epuisetaceae) — *Skrzyp polny.* ♃

Bardzo pospolita roślina polna, lecz gdzie się znajduje, jest oznaką sapowatych gruntów.

Całe ziele robi wrażenie małej jodełki, miękkiej wprawdzie, ale całkowicie szorstkiej od wielkiej zawartości krzemionki. Łodygi podziemne ma nadzwyczaj silne, bardzo głęboko w ziemię idące i rozgałęzione, a przy tym tak wielką żywotność, że go w polu wytępić bardzo trudno, gdyż wyrywany uporczywie z jednakową siłą odrasta. Wyjście liści poprzedza kłos czyli roślina zarodnikowa z symetrycznymi obrączkami zarodników i takimże stożkowatym czubkiem. Z kłosa tego wysypują się żółtawobiałe zarodniki, z których powstają egzemplarze. Ziele bezwonne, smaku słonawo ściągającego.

Zbierać całą roślinę, zrzynając ją nieco nad ziemią. Suszyć w cieniu aby nie zbielała.

Zawiera: gorzknik wyciągowy, krzemionkę i solę mineralne.

Zastosowanie: jako środek lekko moczopędny ściągający, powodujący chudnięcie, więc przeciwko nadmiernej otyłości. Odwar tego ziela, używany do mycia głowy, wstrzymuje wypadanie włosów i pobudza ich porost (lepiej działa, gdy zmieszać go z chmielem, rumiankiem, korzeniem łopianowym i mydlikowym).

Tak zwany skrzyp błotny — Equisetum palustre, własności posiada moczopędne i stosowany jest przy otyłości.

58. **Erythraea Centaurium** *Pers.* (Gentianeae) — *Centuria* — *Tysiącznik zwyczajny.* ⊙

Wyrasta na łąkach, polanach leśnych, pastwiskach i miedzach, w miejscach wilgotnych i słonecznych.

Łodyga stojąca, u góry rozgałęziona, liście korzeniowe rozetkowato ułożone, łopatkowate, ku górze zwężające się w lancetowate. Kwiaty różowe, zebrane w podbaldaszki widlastodzielne w lipcu i sierpniu. Korona pięciopłatkowa, ciemno różowa (tylko przed południem otwarta). Smak ziela silnie gorzki.

Zbierać w czasie kwitnienia wprost przez wyrywanie, po czym same korzenie obciąć toporkiem na pieńku i suszyć w cieniu aby nie zżółkły.

Zawiera: ciało gorzkie, stanowiące główną wartość tej rośliny (erytrocentouryna).

Używa się jako środek podniecający apetyt i pobudzający narządy trawienia. Ziele przerabiane jest na wyciąg wodny w aptekach, wchodzi w skład ziółek gorzkich i używane jest do picia w naparze (15 — 20,0 na litr wody). Zaleca się w chorobach wątrobianych, przy zgniłych febrach, żółtaczce itp.

Przez wiele osób tysiącznik zwany jest centurią. Środek znany w lecznictwie bardzo dawno, gdyż wzmianki o nim znajdujemy w Dioscoridesie, Largusie, Pliniuszu. Znajduje się w aptekach p. n. Herba Centurii.

59. **Euphrasia oficinalis L.** (Schrophularineae) — *Świetlik lekarski.* ⊙

Mała roślinka 15 cm wysoka, o liściach jajowatych, wcinano piłkowanych. Kwiaty bezszypułkowe, pojedyncze z kątów liści wychodzące, w lipcu i sierpniu. Korona biała lilio-

wo prążkowana, wewnątrz z żółtą plamą. Zapachu nie posiada; smak gorzkawo-słonawy.

Rośnie w trawie na łąkach, często w rowach zarośniętych trawą.

Zbiera się przez okres kwitnienia, przed dojrzewaniem nasion i suszy starannie w cieniu.

Zastosowanie: zdawien dawna świetlik używany był w postaci lekkiego naparu przy chorobach oczu do przemywania i okładów. Za pomocą przekraplania 2 części ziela z 5 częściami wody otrzymano destylat, zwany Aqua Euphrasiae, służący do tegoż użytku, co napar. Herbatka ze świetlika niekiedy używaną bywa przy katarze żołądka. Ziele zasługujące na uwagę okulistów.

Świetlik używany bywa do mieszanki przeciw sklerozie (zwapnieniu naczyń), w kompozycji następującej:

Świetliku	20,0	Hb. Euphrasiae
Rosiczki	30,0	„ Droserae
Jemioły	40,0	Visci albi
Liści czernicy	30,0	Fol. Martyllorum
„ poziomki	50,0	„ Fragariae
Dziurawca	30,0	Hb. Hyperici

Wszystko drobno skrajane i zmieszane. Dwie łyżki ziółek nalać dwoma szklankami ciepłej wody (nie gorącej) pozostawić na 10 — 12 godzin, zlać i wypić po połowie rano i wieczór.

Bywają zdumiewające wprost wypadki wyleczenia się świetlikiem z zupełnej ślepoty, trwającej długi przeciąg czasu.

Oto pewien ksiądz opowiedział mi o sobie:

„Od dzieciństwa przechodziłem rozmaite choroby oczne i nigdy nie byłem zupełnie zdrowy na oczy. Choroby te powtarzały się coraz częściej, trwały dłużej, wreszcie mając lat około 50, oślepłem zupełnie, tak, że nie odróżniałem dnia od nocy. Lat kilka nie widziałem nic absolutnie, dawano mi jakieś dziecko, ażeby mnie przeprowadzało na spacer.

Pewnego razu zatrzymał mnie jakiś przechodzień, spytał o adres i powiedział że mi przyniesie lekarstwo na ślepotę i następnego dnia przyniósł. Były to zioła, które nazwał świetlikiem. Polecił naparzać i przykładać na noc.

Czyniłem to bardzo sumiennie, gdyż każdy zrozumie jak mi zależało na odzyskaniu wzroku.

Po jakimś tygodniu, gdy wieczorem zapalano w mieszkaniu światło, poczułem w oczach jakąś jasność, wkrótce odróżniałem doskonale światło dzienne od nocy, po wyjściu na ulicę widziałem światło, lecz jakby gęstą mgłę, z tej mgły wyróżniałem przesuwające się postacie, w nich zacząłem odróżniać mężczyzn od kobiet i wreszcie do tego stopnia przewidziałem, że oto czytam gazetę bez okularów".

I rzeczywiście czytał, chociaż miał oczy podobne do barwą okrytej śliwki.

Ksiądz ów, jak mówił, już kilka osób wyleczył ze ślepoty świetlikiem.

60. **Foeniculum officinalis** *All.* (Umbelliferae) — *Koper włoski.* ⊙

Ojczyzną tej rośliny ma być południowa Europa, jednakże dziko przytrafia się w Azji Mniejszej, Egipcie, na Kaukazie itd., uprawia się zaś w wielu odmianach w cieplejszych okolicach środkowej Europy.

Wyrasta do $^1/_4$ metra wysoko w bujnej glebie; łodygi ma wewnątrz puste; liście podwójnie pierzaste z nitkowatych listków złożone; ogonek pazuchowato łodygę obchwytujący. Kwiaty w baldachach zielonożółtawe od lipca aż do samych mrozów. Cała roślina, lecz przede wszystkim nasiona, silnego słodkawo korzennego zapachu; smak słodki, dla wielu osób mdły, niemiły.

Zbierać do lekarskiego użytku dojrzewające nasiona (owoc) i starannie dosuszyć.

Zawiera w nasionach (owocach) 11 — 12% tłuszczu, do 7% olejku eterycznego, 2% cukru, ciało białkowate itd.

Stosowany jest koper włoski jako środek wiatropędny, ułatwiający oddzielanie się flegmy przy katarze dróg oddechowych, pobudzający do wydajności mleka (lecz mleko czuć); poza tym jeszcze ma własności moczopędne i rozgrzewające. Niemowlętom koper włoski zadawany bywa w herbatce osłodzonej, gdy krzyczą. Własność zwiększania wydajności mleka, posiadana przez koper włoski, znaną była już za Hipokratesa (patrz karolek, anyż i kolender tych samych własności).

61. **Fragaria vesca L.** — *Poziomka jadalna.* ♃

Jak wszystkim wiadomo, rośnie w lasach i gajach, dostarczając ulubionego wiosennego owocu.

W medycynie poziomka nie jest używana, chyba tylko jej owoce jako środek dietetyczny przy podagrze i kamieniach pęcherza. Liście poziomki, w odpowiednim stosunku do innych liści, w mieszance, służą do przygotowania herbaty (patrz artykuł: Użycie ziół); w tym kierunku robić można rozmaite kompozycje, w których wszakże liście poziomkowe będą grać zawsze pierwszorzędną rolę, tak ze względu na smak, jak i na delikatny wprawdzie ale nadzwyczaj przyjemny i dystyngowany aromat.

Owoce poziomki zawierają: kwas cytrynowy i jabłkowy, pigment, garbnik, ciała pektynowe, cukier, ciała proteinowe i ślady olejku eterycznego. Liście i korzenie dotąd bliżej nie były zbadane, oprócz stwierdzenia w nich obecności garbniku.

Zastosowanie i własności. Korzenie mają własności ściągające, liście lekko-moczopędne i czyszczące krew. Pierwsze mogą służyć jako lekarstwo przeciw biegunce u dzieci: jako odwar, przygotowany z 10,0 (garstka) na 1/4 litra wody, osłodzić i dać wypić na 4 — 6 razy w ciągu dnia; drugie również w postaci odwaru z 15,0 g (garść) na litr wody przy cierpieniach wątroby, śledziony i hemoroidach. Suszone jagody poziomki w odpowiednich mieszankach ziołowych przeciw sklerozie (zwapnieniu naczyń).

Oto niżej kilka wzorów zastosowania poziomki:

Korzenie przeciw biegunce i dyzenterii:

A

Korzenia poziomkowego	10,0	Rad. Fragariae
„ pięciornika	5,0	„ Tormentillae
Jagód czarnych suszonych	15,0	Fr. Myrtyllorum

Korzenie przetłuc. Ugotować z tego 2 szklanki odwaru, osłodzić i wypić na 4 razy w ciągu dnia. Dla dzieci od 6—12 lat.

Przeciw biegunce i dyzenterii w wieku 12 — 16 lat.

B

Korzenia poziomkowego	10,0	Rad. Fragariae
„ pięciornika	10,0	„ Tormentillae
Jagód czarnych suszonych	25,0	Fr. Myrtyllorum

Na dwie szklanki odwaru osłodzonego wypić na 4 razy w ciągu dnia.

Przeciw biegunce i dyzenterii dorosłych:

C

Korzenia poziomkowego	10,0	Rad. Fragariae
„ pięciornika	10,0	„ Tormentillae
Główek makowych (makowin)	3,0	Capitae Papaveris
Jagód czarnych suszonych	30,0	Fr. Myrtyllorum

Ugotować 4 szklanki odwaru, osłodzić i wypić na 4—8 razy w ciągu dnia. (Lepiej obejść się bez główek makowych, gdyż te mają przykry smak; zawierają narkotyk (opium).

L i ś c i e p r z y c h o r o b a c h w ą t r o b y, ś l e d z i o n y i h e m o r o i d a c h:

D

Liści poziomkowych młodych	40 części	Fol. Fragariae
Barwicy wonnej (marzanki)	10 „	Hb. Asperulae odor.
Kwiatu cierniowego	40 „	Flor. Pruni Spin.
„ jarzębiny	20 „	„ Sorbi
Ziela przetacznika lek. (weroniki)	20 „	Hb. Veronicae
Rozłogów perzu	20 „	Rhiz. Graminis
Ziela dziurawca	50 „	Hb. Hyperici

Z łyżki czubatej stolowej dobrze naparzyć szklankę i pić po takiej dozie rano i na noc.

J a g o d y p r z e c i w s k l e r o z i e (z w a p n i e n i u n a c z y ń):

E

Liści borówki	40 części	Fol. Fragariae
Jagód poziomkowych suszonych	40 „	Baccae Fragariae
Liści jagody czarnej (czernicy)	40 „	Fol. Myrtyllorum
Jemioły białej	80 „	Visci albi
Ziela marzanki wonnej (barwicy wonnej)	20 „	Hb. Asperulae od.

Z łyżki stołowej dobrze naparzyć 3/4 szklanki odwaru i pić po takiej porcji 2—3 razy dziennie. Można słodzić cukrem lub sokiem owocowym.

Poziomek suszonych używają na atonię kiszek — łyżeczkę czubatą nalać na wieczór 1/2 szklanką gorącej wody, a rano naczczo zjeść napęczniałe i wypić płyn. Można osłodzić.

Poziomka stosowaną jest przy sklerozie (patrz Świetlik lekarski).

W handlu ziołowym znajduje się p. n. Folia, Radix, i Baccae Fragariae vescae.

62. **Fumaria officinalis L.** (Fumariaceae) — *Dymnica lekarska.* ⊙

Niebieskawy nalot, okrywający dymnicę, czyni ją podobną do wychodzącego z ziemi dymu i stąd powstała jej nazwa gatunkowa (Fumus — dym).

Dymnica łodygę ma gałęzistą, wysokości 25 cm; liście dwa lub trzy razy składane, listki głęboko wcinane, kwiaty różowe w gronka wierzchołkowe zebrane. Kwitnie od maja do sierpnia. Smak gorzkawo-słodkawy, zapach świeżej rośliny po roztarciu niemiły, po wysuszeniu znika.

Wyrasta na roli uprawnej, w ogrodach warzywnych i przeważnie w miejscach wilgotnych.

Zbierać ziele kwitnące i suszyć szybko, lecz w cieniu przy bardzo cienkim rozpostarciu.

Zawiera: kwas fumarowy, białko, ciało wyciągowe, sole mineralne i alkaloid — fumarynę. W małych dozach fumaryna działa krótkotrwale podniecająco, wzbudza apetyt i przyspiesza puls, przeciwnie, w dużych dozach sprowadza senność i zwalnia tętno (obieg krwi).

Zastosowanie: przy żółtaczce, febrze przerywanej, hemoroidach, histerii, w postaci naparu do picia (z innymi ziołami).

W handlu ziołowym znajduje się p. n. Herba Fumariae s. (Fumi tarrae).

A Przy żółtaczce:

Dymnicy	20,0	Hb. Fumariae off.
Krwawnika	20,0	Flor. Millefollii
Krzeciny	20,0	Hb. Marrubii
Dąbrówki rozłogowej	40,0	Hb. Ajugae reptae

Zmieszać. Naparzać z łyżki małą szklankę i pić 2—3 razy dziennie.

B

Korzenia ostryszu	30,0	Rad. Curcumae
Kwiatu krwawnika	30,0	Flor. Millefolii
Dąbrówki rozłogowej	30,0	Hb. Ajugae reptae
Kory szakłaku pospolit.	30,0	Cort. Rhamni Cathar.
Korzenia goryczki żółtej	20,0	Rad. Gentianae

Zmieszać. Użycie jak powyżej.

C

Korzeń brodawnika	40,0	Rad. Taraxaci
Kłąb ostryszu	30,0	Rhiz. Curcumae
Korzeń ślazu	20,0	Rad. Althaeae
„ omanu	30,0	„ Inulae Heleni
Kwiat kocanki	20,0	Flor. Gnaphalii

Zmieszać. Używać jak powyższe.

63. **Galeopsis grandiflora** *Ehrh.* (Labiatae) — *Poziewnik wielkokwiatowy.* ⊙

Galeopsis ochrolenea Lam. — Kocipysk wielkokwiatowy.

Jako lek w chorobach dróg oddechowych (kaszlu, chrypce) ziele to oddawna było znane i dotąd przez wielu lekarzy, zwolenników leczenia ziołami jest przepisywane w ziółkach. W swoim czasie głośne były ziółka „Brustkrank der Demoisella Libert", później zwane „Libersche Auszehrungskräuter" (Blankenheimer Thee, Schweizerthee), sprzedawane w paczuszkach po 3 zł. Aptekarz Wolff w Limburgu wykrył w nich główną część składową, którą właśnie stanowił Poziewnik wielkokwiatowy, nazwany przez niego Galeopsis grandiflora i przeciw tej spekulacji wystąpił w kilku artykułach, zamieszczonych w różnych dziennikach.

Wyrasta na polach uprawnych między zbożem, na ugorach i miedzach, przeważnie na ziemiach lekkich, lecz niezbyt suchych.

Łodyga 30 — 40 cm wysoka, czterokątna, bez zgrubiałości na węzłach, gładka, ku górze okryta gruczołkowatymi włoskami. Liście jajowatopodłużne lub lancetowatę, kończyste, grubo piłkowane, porosłe z obu stron przylegającymi włoskami, dolne ogonkowe przechodzące ku górze w siedzące. Kielich dzwonkowaty, omszony, gruczołkowato lepki. Kwitnie w lipcu i sierpniu. Zapach świeżej rośliny słaby, korzenny, lecz po wysuszeniu znika; smak słonawo-gorzki, później kleisty.

Z b i e r a ć, gdy zakwitnie, zrzynając nieco nad ziemią i suszyć w cieniu.

Z a w i e r a: gorzknik żywiczny, gumę, śluz (skład bliżej nie zbadany).

Z a s t o s o w a n i e: roślina ta była usilnie reklamowana i zalecana przeciw chorobom piersiowym, a w pierwszym rzędzie gruźlicy, tj. suchotom płucnym, czy jednak rozgłos swój choć w części usprawiedliwia, tego twierdzić nie mogę. Bardzo możebne, że w pomieszaniu z innymi ziołami przy chorobach dróg oddechowych używanymi, rolę swoją jako taka odgrywa, ale bądź co bądź przypusują jej zbyt wielką wartość. Odsłaniające się obecnie przed nauką horyzonty nowe, odnośnie do działania roślin, rzucające na ich siłę światło wręcz odmienne, jak dotąd, stawiają nas u progu wielkiego zwrotu w lecznictwie i niewątpliwie dadzą nam zdobycze dla zdrowia.

64. **Galegae officinalis** (Motylkowate) — *Rutwica lekarska.* ♃

Wyrasta w dzikim stanie na Podolu i Ukrainie, u nas zaś przytrafia się bardzo rzadko, lecz uprawianą jest tu i ówdzie w Niemczech, a także we Francji.

Rutwica posiada jeszcze siostrę Galegae orientalis, ale jest to gatunek różniący się mniejszym wzrostem i białym kwiatem. Gdy Gal. offic. dać może dwa piękne pokosy, to Gal. orient. daje tylko jeden.

Łodygę ma bardzo bujną i szukającą podpory, przez to uprawiając tę roślinę trzeba jej dawać podporę, np. podsiewać owsem, chociaż dla lekarskich celów lepiej jest ciąć ją trzy razy, lecz bez podpór, z których dopiero wypadłoby roślinę obierać. Ścina się gdy pojawią się kwiatki i wysusza w cieniu.

Przy użyciu Rutwicy zauważymy zawsze ubytek znaczny cukru w urynie.

Rutwica zasiana w odpowiednim miejscu, przy zbieraniu dwóch pokosów rocznie, trwać może 4 lata.

Wzory na mieszanki przy cukrzyzcy:

A

Rutwicy lekarskiej	80,0	Hb. Galegae off.
Bazyliki lekarskiej	30,0	„ Basylici
Dziurawca	30,0	„ Hyperici
Turzyca piask.	60,0	Rhiz. Caritis aren.

Dwie łyżki zaparzać na 2 szklanki i wypić w ciągu dnia.

B

Rutwicy lekarskiej	50,0	Hb. Galegae off.
Rdestu ptasiego	150,0	„ Polygoni avic.
Korzenia lub ziarn dzięglu	25,0	Rad. vel Fruct. Angelicae

Zmieszać. Użycie jak poprzednie.

C

Rutwicy lekarskiej	100,0	Hb. Galegae off.
Nasion karolku	30,0	Fruct. Carvi
Kwiatu nostrzyku	10,0	Flor. Meliloti

Zmieszać. Naparzać pod przykryciem łyżkę stołową 3/4 szklanki wrzątku i gdy naciągnie wypić po takiej porcji 3 razy dziennie.

D

Rutwicy lekarskiej	100,0	Hb. Galegae off.
Anyżu lekarsk.	40,0	Fruct. Anisi
Bukwicy lekarsk.	20,0	Hb. Betonicae

Zmieszać. Użycie jak poprzednie.

65. **Galinsoga hispida** (Compositae-Złożone) — *Żółtnica szorstka.* ⊙

Bardzo pospolita roślina jednoletnia, wyrastająca najczęściej gromadnie na polach warzywnych.

Zależnie od warunków, wyrasta od 20 — 25 cm i wyżej, bardzo we wszystkich częściach soczysta. Liście jajowato-

spiczaste, jasnozielone. Kwiatogłówki żółte, z bardzo krótkimi lecz szerokimi płatkami promieniowymi koloru białego; kwitnie od czerwca aż do zimy.

Żółtnica w medycynie jest nieznana i przez dermatologów nie była stosowana przy chorobach skórnych, dopiero przypadek odkrył jej własności.

Świeża roślina, zmiażdżona albo zmielona wprost na miazgę, jest znakomitym lekarstwem na egzemy i leczy nawet w wypadkach trwania egzemy od lat kilkunastu.

O wszystkich bezwzględnie egzemach powiedzieć tego nie można, gdyż mogą one pochodzić z rozmaitych przyczyn, ale w przeważającej liczbie wypadków, żółtnica wywiera swój skutek w ciągu 8—10 dni.

Miazgę z żółtnicy przykłada się, warstwą na 1 cm grubą, bezpośrednio na miejsce zaatakowane egzemą, nakrywa ceratką, a następnie owiązuje. Opatrunek taki zmienia się rano i wieczór, biorąc za każdym razem miazgę świeżą.

Próbowano robić różne preparaty z żółtnicy, ale niestety, działa tylko świeża roślina, preparaty zaś bardzo powolnie działają.

66. **Galium verum** (Rubiaceae) — *Przytulia żółta.* ♃

Łodygi bardzo cienkie, słabe szukające podpory albo czołgające się, czworokątne, w górze m. w. omszone, do 70 cm długie. Liście szczupłe, niemal lancetowate, rowkiem przez długość idącym oznaczone, po 8—10 w okrążki zebrane. Kwiaty drobne, bardzo liczne, zapachu słodkiego, zebrane w wiechy z górnej części łodygi wychodzące, składają dużą wiechę.

Wyrasta na miejscach trawiastych na pastwiskach, często miedzach i pod płotami, kwitnie lipiec, sierpień.

Zbiera się całe ziele kwitnące i suszy przy bardzo cienkim rozpostarciu na papierach, aby zachowała żółty kolor.

Stosuje się przy chorobach nerek, szczególniej przy ropieniu miedniczek nerkowych w mieszaninie z paprotką, pączkami brzozowymi, dziurawcem i rdestem ptasim.

Przepis:

A

Ziela przytulii	30	części	Hb. Galii ver.
Kłącza paprotki słodkiej	30	„	Rad. Polipodii vulg.
Pączków brzozowych	20	„	Gemmae Betulae
Ziela dziurawca	30	„	Hb. Hyperici
Rdestu ptasiego	40	„	„ Polygoni avic.

Zmieszać. Naparzać 3 łyżki stołowe ½ litrem gorącej wody i po pozostaniu w ciągu godziny odcedzić.

Wypić otrzymany napar na 3 razy w ciągu dnia.

B

Ziela przytulii	40	części	Hb. Galii ver.
Korzenia lukrecji	30	„	Rad. Liquiritiae
Liści mącznicy	20	„	Fol. Uvae Ursi

Zmieszać. Użycie jak wyżej.

67. **Gentiana lutea L.** (Gentianeae) — *Goryczka żółta.* ♃

Ta, jak również wszystkie inne gatunki goryczek, np.: G. cruciata, G. punctata, G. acaulis, G. pannonica, G. purpurea, posiadają jednakowe własności lecznicze i można je zamieniać jedna drugą.

Goryczka żółta jest rośliną górską, bytującą na znacznych wyniosłościach środkowo-zachodniej Europy, w naszych zaś górskich okolicach spotyka się inne gatunki.

Goryczka żółta korzeń ma długi do 80 cm, niekiedy jeszcze dłuższy, zewnątrz brunatny, wewnątrz ciemnożółty, przy tym gruby, mięsisty. Łodyga gruba, wewnątrz pusta, do

1 metra wysoka. Liście duże, naprzeciwległe, jajowate, całobrzegie, gładkie, podłużnie - równolegle - nerwiste. Kwiaty żółte, piętrami w fałszywych okręgach zebrane, przez lipiec i sierpień.

Opisywany gatunek, jako dający największe korzenie, powinno się u nas hodować.

Zbiera się do użytku lekarskiego korzeń. Wymywa go z ziemi i suszy. Zbierać należy w jesieni albo wcześnie na wiosnę, kiedy zaczyna z ziemi wypuszczać listki.

Zawiera: 0,1% gorzkiego glukozydu (gencjopikryny), barwnik, 6% tłuszczu, żywicę, śluz i gencjanozę, cukier krystaliczny. Ponieważ odwar korzenia goryczki łatwo podlega fermentacji i zawiera dużo cukru, w Szwajcarii przeto przerabiany jest na alkohol. Popiołu daje korzeń goryczki 9%.

Zastosowanie: przygotować można korzeń goryczki w trojakiej formie — jako odwar, nastój na mocnym winie i nastój spirytusowy (45°).

Używa się w każdej z powyższych trzech form jako środek wzmacniający trawienie i pobudzający apetyt, przy febrach, blednicy, skłonności do zgagi i zaparciu stolca.

A Ziółka do robienia odwaru:

Korzenia goryczki (drobno skrajan.)	60	części	Rad. Gentianae	(concis.)
Ziela tysiącznika „ „	30	„	Hb. Centaurii	„
Kwiatu krwawnika „ „	20	„	Flor. Millefolii	„
Kłębu tataraku „ „	10	„	Rhiz. Calami	„
Nasion karolka (potłuczonych)	10	„	Fruct. Carvi	(contus.)

W razie potrzeby dodawać:

Kory kruszynowej	20	„	Cort. Frangulae	

Zmieszać i z łyżki stołowej naparzać szklankę, wypijając ją na 2 razy, rano naczczo i przed obiadem po połowie.

B Nastój na winie:

Korzenia goryczki (drobno skrajan.)	18,0	Rad. Gentianae (concis.)
„ omanu wielk. „ „	3,0	„ Inulae Hel. „
Kłębu tatarakowego „ „	3,0	Rhiz. Calami „
„ dzięglu lekarsk. „ „	3,0	Rad. Angelae „
Nasion anyżu zwyczajn. (przetłucz.)	3,0	Fruct. Anisi (contus.)
Wina białego	460,0	Vini albi
Spirytusu 90°	40,0	Spiritus 90°

Nastawić na 10 do 14 dni, przefiltrować przez bibułę albo watę apteczną i pić na czczo i przed obiadem po kieliszku.

C Nalewka na spirytusie:

Korzenia goryczki (drobno skrajan.)	10,0	Rad. Gentianae (concis.)
Kłębu tatarakowego „ „	5,0	Rhiz. Calami „
Ziela dziurawca posp. „ „	25,0	Hb. Hyperici „
Skórek pomarańcz. (obran. i skraj.)	10,0	Cort. Aurantior. „
Wódki 45°	litr	Spiritus (45°)

Nastawić i pić rano i wieczór po małym kieliszku.

68. **Glechoma hederacea L.** (Labiatae) — *Bluszczyk ziemny.* ♃

Ścielące się niskie ziele pospolite w miejscach wilgotnych w sadach, ogrodach warzywnych, na miedzach, zawsze jednak na ziemi urodzajnej i przeważnie w miejscach przycienionych.

Łodyga czterokątna, liście niższe nerkowate, wyższe prawie sercowe, gładkie lub karbowane; kwiaty błękitnofioletowe, od kwietnia do czerwca.

Zbiera się ziele w czasie kwitnienia i suszy w cieniu.

Zawiera: gorzknik wyciągowy, garbnik, żywicę i ślady olejku eterycznego. Działanie moczopędne, ułatwia odrzucanie flegmy, czyści krew itd.

Zastosowanie przy zaflegmieniu płuc, zimnicy, zleniwieniu czynności żołądka i kiszek, przy chorobach nerkowych i wątrobianych.

Przyjmuje się w postaci odwaru z innymi ziołami, w odpowiednim kierunku działającymi, np.:

Przy potrzebie działania na narządy trawienia i wątrobę:

A

Ziela bluszczyku ziemnego	40	części	Hb. Glechoma Hederaceae
„ tysiącznika	40	„	„ Centaurii
Kwiatu krwawnika	20	„	Flor. Millefolii
Ziela dziurawca	50	„	Hb. Hyperici
„ rdestu ptasiego	40	„	„ Polygoni avic.
Nasion kolendru	15	„	Fruct. Coriandri

Zmieszać.

albo B

Ziela bluszczyku ziemnego	30	części	Hb. Glechoma Hederaceae
„ krwawnika	20	„	„ Millefolii
„ przetacznika	30	„	„ Veronicae
„ dziurawca pospolitego	30	„	„ Hyperici
„ lebiodki pospolitej	20	„	„ Origani vulg.
Kłębu tatarakowego	10	„	Rhiz. Calami

Zmieszać.

Z łyżki ziółek robić 3/4 szklanki naparu i po takiej ilości pić 2—3 razy dziennie.

Przy chorobach pęcherza i nerek:

C

Ziela bluszczyku ziemnego	30	części	Hb. Glechoma Hederaceae
„ nawłoci pospolitej	20	„	„ Solidaginis
Pomurnika lekarskiego	10	„	„ Parietariae off.
Liści brzozowych (majowych)	30	„	Fol. Betulae
Kwiatu nagietka lekarskiego	10	„	Flor. Calendulae

69. **Glycyrrhiza glabra L.** (Papilionaceae) — *Lukrecja gładka.* ♃

U nas lukrecja dziko nie rośnie, lecz można ją uprawiać z zupełnym powodzeniem. W Europie lukrecja wyrasta dziko i masowo przede wszystkim na stepach południowo-wschodniej Rosji, zaczynając od Donu aż po Ural i na Kaukazie. Na zachodzie — w Hiszpanii i Sycylii.

Jest to bylina, corocznie wydająca pojedyńcze łodygi z wieloletniej karpy, robiące wrażenie krzewu. Korzeń i rozłogi w przekroju powinny być żółte. Liście nieparzysto-pierzaste, podobne do pseudo-akacji, kwiaty również tego samego wyglądu, ale błękitne. Strączki drobne zawile poskręcane, o łupinie twardej, mocnej, zawierające ziarnka podobne do koniczyny czerwonej. Kwitnie w lipcu i sierpniu.

Z b i e r a s i ę korzenie i rozłogi rozchodzące się pod powierzchnią ziemi i służące (rozłogi) również do rozmnażania jak i nasiona. Wykopane korzenie należy oczyścić z ziemi, czy to przez szybkie umycie, czy wytarcie na sucho i wysuszyć. Przy kopaniu unikać skaleczeń, tj. obrażania kory, gdyż w tych miejscach korzeń czernieje. Obiera się ze skórki dopiero wysuszone korzenie.

Z a w i e r a: cukier gronowy, mannit, asparaginę, najważniejszą część składową — glukozyd-glicyrchizynę, od której pochodzi ckliwo-słodki smak lukrecjowego korzenia.

Z a s t o s o w a n i e: korzeń lukrecjowy oraz różne preparaty z niego przygotowane mają obszerne zastosowanie w lecznictwie i przemyśle. Korzeń ten używany jest w kilku postaciach — krajany, proszkowany, przerobiony na zgęszczony sok (w pałeczkach), na wyciąg wodny gęsty i suchy, wreszcie na glicyrchizynę (substancję ciemnobrunatną, suchą lecz łatwo wilgnącą, nadzwyczaj słodką).

Własności korzenia lukrecjowego są rozmiękczające, rozwalniające (Krawkow), moczopędne (Kobert), a przede wszystkim ułatwiające odrzucanie flegmy i dlatego lukrecja ma tak szerokie zastosowanie przy leczeniu chorób dróg oddechowych i niektórzy lekarze utrzymują, że jedno i to samo lekarstwo nie pomaga, gdy jest bez lukrecji i pomaga, jeśli dodać do niego lukrecję (np. syrop lukrecjowy). Szczególniej działanie lukrecji uwydatnia się przy leczeniu katarów dróg

oddechowych, gdy przyjmowaną jest w połączeniu ze śluzowatymi domieszkami, nadającymi gęstość czyli zawiesistość płynom.

Podaję tu parę wzorów stosowania lukrecji w postaci ziółek i ulepku:

Ziółka od kaszlu przy trudnym odchodzeniu flegmy:

A

Korzenia kosaćcowego (drobno krajan.)	10	części	Rhiz. Iridis (concis.)
„ żywokostu	20	„	Rad. Consolidae
„ lukrecjowego	30	„	„ Glycyrrhizae
„ omanowego	10	„	„ Inulae Helenii
Ziela kurdybanka (Bluszczyk ziemny)	30	„	Hb. Glechoma Hed.
„ rzepika pospolitego	20	„	„ Agrimoniae
Liści ślazowych (ślazu lekarskiego)	10	„	Fol. Althaeae
Kwiatu dziewanny	20	„	Fl. Verbasci
„ maku polnego	10	„	„ Rheados
„ lipowego	10	„	„ Tiliae
Anyżu (przetłuczonego)	30	„	Fr. Anisi (contus.)

Czubatą łyżkę ziółek nalać szklanką wody gorącej, zostawić na 6 godzin, przecedzić, dolać mlekiem do pełnej szklanki. Przyjmować po 1/4 szklanki 6 razy dziennie, po jedzeniu w pół godziny.

B Drugi przepis:

Ziela rzepika pospolitego	10	części	Hb. Agrimoniae
„ kurdybanka	20	„	„ Hederae terr. Glechomae
„ płucnika lekarskiego	10	„	„ Pulmonariae
Przywrotnika pospolitego	10	„	„ Alchemillae vulg.
Liści babki wąskolistnej	20	„	Fol. Plantaginis lanc.
„ ślazu lekarskiego	20	„	„ Althaeae
„ podbiału lekarskiego	20	„	„ Farfarae
Korzenia żywokostu lekarskiego	30	„	Rad. Consolidae
„ mydlikowego	20	„	„ Saponariae
„ lukrecjowego	40	„	„ Glycyrrhizae
Rozłogów perzu	30	„	Rhiz. Graminis
Anyżu (przetłuczonego)	30	„	Fr. Anisi (contus.)

Wszystko drobno skrajane zmieszać. Naparzyć i pić, jak wyżej.

C Ulepek od kaszlu dla dzieci:

Korzeń lukrecjowy (dr. skrajany)	10,0	Rad. Glycyrrhizae (concis.)	
„ ślazowy „	5,0	„ Althaeae	„
„ żywokostu „	10,0	„ Consolidae	„

Zalać szklanką zimnej wody, dodać 10 kropel amonii gryzącej (takiej jak używa się do wąchania przy cuceniu omdlałych) i, mieszając od czasu do czasu, przetrzymać 2—3 godzin. Przecedzić, wziąć do tego płynu cukru 60,0, gotować, aż się cukier rozpuści i przecedzić przez stare płótno. Dawać pić dzieciom mniejszym po łyżeczce, a większym po łyżce stołowej co godzina.

Korzeń lukrecjowy, a po części i perz posiadają w słabym stopniu własności rozwalniające, co może być w danym wypadku pożądane lub nie i w miarę tego stosunek wymienionych ziół w mieszaninie można zmniejszać lub zwiększać, wreszcie zastąpić je czym innym, po wczytaniu się w treść książki.

D Ulepek od kaszlu dla dzieci mocniejszy:

Liści suszonych fiołka ogrodow.	2,0	Fol. Violae odor.
Korzenia lukrecjowego	10,0	Rad. Glycyrrhizae
„ żywokostu	15,0	„ Consolidae

Przygotować jak ulepek poprzedni i przyjmować tak samo.

70. **Gnaphalium arenarium L.** (Compositae) — *Kocanka piaskowa.* ♃

Tak zwany nieśmiertelnik piaskowy, pospolity wszędzie na ziemiach piaszczystych, płonnych i suchych.

Liście korzeniowe wąskojajowate, wyższe wydłużono-lancowate, białawo-kutnerowate. Kwiatogłówki zwykle siarczanożółte, niekiedy pomarańczowe, białe albo różowe. Kwitnie od lipca do jesieni. Zapach, przypominający czarnuszkę.

Zbierać kwiatogłówki żółte i pomarańczowe, chociaż właściwie w innych kolorach działanie mają to samo.

Zastosowanie: dawniej kocanki używano przy żółtaczce i wysypkach skórnych, obecnie zaś niekiedy bywa

stosowana w ziółkach jako środek moczopędny i w chorobach wątroby. W lecznictwie ludowym mocny odwar stosują do wlewek pochwowych przy białych upławach.

A Jako moczopędne:

Kwiatu kocanki	25	części	Flor. Gnaphalii
Korzenia lubiśnika	25	„	Rad. Levistici
Ziela połonicznika	25	„	Hb. Herniariae glab.
„ żanklu	25	„	„ Saniculae
Korzenia hebdowego	30	„	Rad. Ebuli
Pączków brzozowych	30	„	Gemmae Betulae
Ziela przetacznika	20	„	Hb. Veronicae

Zmieszać. Naparzać pod przykryciem przez 2 godziny i pić napar, z łyżki czubatej na szklankę, 4 razy dziennie po pół szklanki.

B W cierpieniach wątroby:

Kwiatu kocanki	25	części	Flor. Gnaphalii
Korzenia rabarbaru	30	„	Rad. Rhei
Ziela dziurawca	30	„	Hb. Hyperici
Kwiatu jarzębiny	30	„	Flor. Sorborum
Owocu róży polnej	60	„	Fruct. Rosae Caninae
Ziela kurdybanku	20	„	Hb. Hederae terr. Glechoma
Dąbrówki rozłogowej	20	„	„ Ajugae rept.
Korzenia brodawnika	30	„	Rad. Taraxaci

Z łyżki czubatej naparzać szklankę i pić dwa razy dziennie po szklance.

71. **Hamamelis virginiana L.** (Hamamelidaceae) — *Oczarowiec wirginijski. Oczar. v. Orzech czarnoksięski.* ±

Jest to drzewo dorastające 6 mtr wysokości i posiada 2 odmiany co do wielkości ulistnienia: drobno i wielkolistną.

Liście podobne do olszowych, a kwiaty wychodzą bezpośrednio z drzewa w październiku i listopadzie. Kwiatki są drobne, pięciopłatkowe, a płatki wąskie jak paski, żółte.

Rośnie w środkowych Stanach Zjedn. Ameryki północnej — Wirginia.

W medycynie stosowane są ekstrakty z kory i liści.

Ekstrakt półpłynny zarobiony z olejkiem kakaowym w stosunku 1 ekstraktu i 2 części tłuszczu kakaowego służy do wyrobu czopków od hemoroidów. Środek bardzo dobry.

Drzewo dobrze wytrzymuje nasze zimy, a rozmnaża się z wysiewu (Warszawski Ogr. Botan.).

Najwięcej używane są liście.

72. **Helianthus annuus L.** (Compositae) — *Słonecznik.* ☉

Po ogrodach warzywnych powszechnie hodowana roślina dla swych ziarnek, dających doskonały olej do jedzenia. W południowej Rosji słonecznik był hodowany na ogromnych przestrzeniach, drobno-ziarnisty na olej i wielkonasienny do łuskania i jedzenia.

Do leczniczych celów, mianowicie jako środek przeciw malarii oraz febrze używane są liście razem z drobnymi kwiatogłówkami albo pączkami, wyrastającymi poniżej głównego kwiatu oraz promieniste, żółte kwiatki brzegowe, naturalnie te ostatnie osobno, tj. nie mieszając z pierwszymi. Liście i pokrajane drobno kwiatogłówki suszy się w cieniu, rozpościerając bardzo cienką warstwą, żółte promienie zaś kwiatowe (z rozkwitłych kwiatogłówek) można suszyć w słońcu.

Zastosowanie: w stosunku do swej wartości leczniczej słonecznik jest bądź nieznany, bądź zbyt mało wyzyskany w lecznictwie, bo właściwie należeć powinien do popularnych leków. Na południu Rosji, Ukrainie i Podolu działanie przeciwfebryczne słonecznika jest powszechnie znane i lud stosuje go bardzo często. Ze względu na posiadanie substancji żywicznej, w wodzie nierozpuszczalnej, jak również i olejku eterycznego, właściwiej jest przyjmować słonecznik w nalewce spirytusowej, aniżeli w naparze albo odwarze. Niemniej można używać wyciąg (ekstrakt), przygotowany na spirytusie.

Tutaj odróżnić należy dwie nalewki: jedną, przygotowaną na liściach i pączkach kwiatowych słonecznika i drugą na płatkach albo promieniach kwiatowych.

Suche liście albo też promienie kwitowe wystarczy nalać słabą wódką, świeże zaś — mocną, w proporcji następującej:

A

Świeżych liści i pączków słonecznika 1 część
drobno skrajać albo utłuc na miazgę w moździeżu.
Spirytusu 70° 1 część

Po 8 do 10 dniach stania wycisnąć w płótnie i przefiltrować.

B

Suchych liści albo promieni kwiatowych słonecznika 1 cześć
Wódki 40° 5 części

Liście powinny być skruszone przed zalaniem wódką. Po 8—10 dniach zlać na watę lub bibułę i przefiltrować.

Dorośli przyjmują po 1/2 małego kieliszka, dzieci zaś po 20—30 kropel (stosownie do wieku) 3—4 razy dziennie, przy malarii.

Dla dzieci praktycznie jest przygotować syrop albo ulepek słonecznikowy od febry:

C

Świeżych płatków (promieni) słonecznika zmiażdżyć 50,0
Spirytusu dodać 20,0

nastawić na kilka dni, wycisnąć, nieco opłukać wodą i znów wycisnąć, aby otrzymać płynu 50,0 nalać na 90 g cukru, zagotować i przecedzić. Dawać po 1—2 łyżeczek od herbaty 3 razy dziennie (zamiast chininy).

Jako ziółka przy febrze i malarii zalecić można kompozycję następującą:

D

Liści słonecznika (suchych)	30 części	Fol. Helianthii
Ziela suchego dąbrówki rozłogowej	15 „	Hb. Ajugae rept.
„ dziurawca pospolitego	4 „	„ Hyperici
Główek chmielowych	1 „	Capitae Humuli Lupuli

Drobno skrajać i zmieszać razem. Z łyżki czubatej zagotować około szklanki odwaru i wypić na 2 razy w ciągu dnia (można osłodzić).

Słonecznik ma jeszcze własności moczopędne.

73. **Herniaria glabra L.** (Paronychiacae) — *Połonicznik gładki.* Ludowa nazwa Ptasie mydło. ♃

Ścieląca się przyziemna roślinka, dosyć pospolita na ziemiach piaszczystych, na ugorach, miedzach, przy drogach, w miejscach słonecznych u ludu często zwana ptasim mydłem albo żabimi gronkami.

Łodyżki sznurowate, listki drobne, odwrotnie jajowate, kwiatki zielone w skupionych gronkach. Kwitnie od czerwca do sierpnia. Smak słonawy; zapach występujący dopiero po ususzeniu, bardzo słaby, przypominający siano.

Ciała czynne: herniaryna, poronichina.

Zbierać od maja do sierpnia. Właściwie zrzynać się powinno ziele, ale zwykle wyrywają je z całym korzeniem. Suszyć w cieniu, aby nie zblakło od słońca.

Zastosowanie: połonicznik stosowany jest głównie jako środek moczopędny, zapisywany przez lekarzy pół na pół z komosą meksykańską, przeważnie przy rzeżączce (tryprze), do picia jako herbata (najczęściej przy santalinowych preparatach). Dawniej ziele to używane było w naparach zewnętrznie — w chorobach oczu i wewnętrznie — przy puchlinie wodnej, kamieniach pęcherza i na wzbudzenie potów.

Do ziółek, sporządzonych przeciw wymienionym chorobom, połonicznik zawsze można z pożytkiem dołączyć.

74. **Humulus Lupulus L.** (Urticaceae) — *Chmiel.* ♃

Wijąca się roślina o łętach bardzo długich i dla oparcia zawsze szukających podpory, którą przy uprawie dają jej w postaci wysokich tyk. Roślina ta posiada osobno męskie i osobno żeńskie egzemplarze i tylko żeńskie wydają szyszki.

Liście na trzy ostrokończyste i piłkowane łatki głęboko wcięte, szorstkowłosiste podobnie jak łodygi. Kwiaty męskie pędzelkowate, żeńskie w gronach, jedne i drugie żółtawozielone. Żeńskie przybierają kształt szyszek. Kwitnie w lipcu.

Zbierać główki chmielowe, przed zupełnym dojrzeniem; powinny być zielonawożółte i mieć łuski przymknięte. Posiadają one silnie aromatyczny, prawie odurzający zapach i gorzki, ściągający, ostro korzenny smak.

Zawiera: w dobrych główkach — 8—16% lupuliny, której zawdzięczają swą wartość. W lupulinie jest około 2% olejku eterycznego.

Suszyć należy na rozpostartym papierze, a powstający żółty proszek zbierać osobno. Jest to „Lupulina".

Zastosowanie: w medycynie używana jest w chmielu najwięcej lupulina, jednakże zagranicą przygotowują z szyszek: wyciąg zgęszczony, następnie wyciąg eteryczny (Oleoresina Lupuli) i nalewkę spirytusową (Tinct. Strobuli Lupuli). Niekiedy z samej lupuliny wyrabia się nalewkę (Tinct. Lupulini).

Lupulina (gruczołki, okrywające wewnętrzną stronę przykwiatka każdego żeńskiego kwiatka w kłosku) posiada działanie uspokajające i dawana jest (najczęściej z kamforą) przeciw zmazaniom nocnym (polucjom). Z powodu swych własności uspokajających powinna znaleźć zastosowanie np. z walerianą przy atakach histerii, czy to w postaci ziółek, czy nalewki, czy wreszcie pigułek, (te jednak zbyt wolno rozpuszczają się w żołądku).

Szyszki chmielowe są dobrym lekiem przeciw oddawaniu uryny podczas snu, tj. zlewaniom się nocnym. (Eneuresis nocturna) wszakże nie same, lecz w pomieszaniu z pieprzem wodnym i mącznicą.

Ziółka przeciw nocnemu zlewaniu się (Eneuresis nocturna).

A

Pociętych szyszek chmielowych	30,0	Strobuli Hum. Lup. (concis.)
Pieprzu wodnego	20,0	Hb. Polygoni hydropip.
Mącznicy garbarskiej (Niedźw. grono)	20,0	Fol. Uvae Ursi
Dziurawca	30,0	Hb. Hyperici

Naparzyć dobrze pod przykryciem łyżkę stołową na 3/4 szklanki i wypić na noc.

Są osoby, które chmielu wprost nie znoszą i po użyciu go tracą przytomność, wpadają w omdlenie i takim dawać go nie można.

Drugi przepis (dla nieznoszących chmielu).

B

Korzenia omanu	20,0	Rad. Inulae Helenii
Mącznicy garbarskiej	30,0	Fol. Uvae Ursi
Pieprzu wodnego	30,0	Hb. Polygoni hydr.
Hyzopu	20,0	„ Hyssopi

C Trzeci przepis bez chmielu:

Korzenia omanu	20,0	Rad. Inulae Helenii
Mącznicy garbarskiej	30,0	Fol. Uvae Ursi
Rdestu ziemno-wodnego	30,0	Hb. Polygoni amph.
Melisy cytrynowej	20,0	„ Melissae off.

Przygotowanie i użycie jak wyżej.

Dla osób cierpiących na uciążliwe polucje polecić można proszek:

D

Lupuliny	5,0	Lupulinum
Korzenia lilii białej wodnej	10,0	Rad. Nymphae alb.

Zmieszać. Na noc brać łyżeczkę.

Znane są ogólnie szyszki chmielowe jako środek do mycia głowy, wzmacniający włosy i pobudzające ich porost wszakże w połączeniu z innymi ziołami, a mianowicie:

E

Szyszek chmielowych	30,0	Strobuli Humuli Lupuli
Korzenia mydlika	80,0	Rad. Saponariae
„ łopianu	30,0	„ Lappae Bardanae
Skrzypu polnego	30,0	Hb. Equiseti arv.
Kwiatu rumianku zwyczajn.	20,0	Flor. Chamomillae vulg.

albo F

Szyszek chmielowych	30,0	Strobuli Humuli Lupuli
Korzenia omanu	30,0	Rad. Inulae Helenii
Rumianku zwyczajnego	30,0	Flor. Chamomillae vulg.
Połonicznika gładkiego	20,0	Hb. Herniariae glabrae
Korzenia mydlikowego	100,0	Rad. Saponariae

Zmieszać. Łyżkę czubatą stołową wsypać do 1/2 litra wody i gotować aż zostanie szklanka. Przecedzić. Pozostałe ziółka zagotować z 1/2 litrem wody, przecedzić i wlać do takiej ilości ciepłej wody, aby przez polewanie można było głowę umyć. Pierwszym płynem zmaczać, jeśli potrzeba wydrapać, pomydlić, poczekać 5 minut i umyć wodą przygotowaną z powtórnego odgotowania.

75. **Hypericum perforatum. L.** (Hypericineae) — *Dziurawiec, Świętojańskie ziele.* ♃

Pospolite ziele, rosnące w całej niemal Europie na pastwiskach, miedzach, między zaroślami, przy drogach i po różnych nieuprawnych pustkowiach.

Roślina o łodygach gładkich, do 50 cm wysoka, gałęzista; liście naprzeciwległe, siedzące, podłużnie owalne, tępo zaostrzone, całobrzegie, gładkie, z mnóstwem drobnych przeświecających nawskroś gruczołków, robiących wrażenie dziurek. Korona kwiatowa pięciopłatkowa, żółta, z odcieniem pomarańczowym. Kwitnie w lipcu. Smak ziela gorzkawo-żywiczny, cierpkawy; zapach właściwy balsamiczny.

Zbierać na początku kwitnienia ścinając trzecią część z kwiatami, i wysuszyć przy cienkim rozpostarciu w miejscu wolnym od słońca.

Zastosowanie: w medycynie dziurawiec wcale nie jest używany, natomiast w ludowym lecznictwie cieszy się popularnością, u nas może nie tak szeroką, jak w Rosji; zastosowanie jego bywa jednak tak różne, że trudno stąd wyciągnąć coś określonego. Zebrałem dane, że dziurawiec używany jest przy chorobach wątroby, żółtaczce, malarii, dezynterii, nerwicy żołądka, katarze kiszek i żołądka, jego rozdęciu, nawet przy cierpieniach nerkowych i pęcherza; z tego wszystkiego możnaby wnioskować, że jest to roślina cudowna, pomagająca na wszystkie cierpienia. Reasumując powyższe, przychodzę do przekonania, iż dziurawiec musi zawierać dużą ilość dotąd mało zbadanych fermentów, które wywierają działanie na pewne narządy ludzkiego organizmu, czego medycyna dotąd nie dopatrzyła, lecz wiele faktów stwierdziło tę możliwość.

Ponieważ nie mogę wyczerpująco mówić o dziurawcu, nadmienię tylko, że uważam go za roślinę bardzo ciekawą i kryjącą zapewne cenną tajemnicę dla naszego zdrowia.

Z wielu zebranych faktów przytaczam tu słowa osobistości powszechnie znanej i szanowanej w świecie ziemiańskim, prezesa wydz. rolnego C. T. R., p. Meylerta, uzyskawszy na to jego pozwolenie:

„Mając lat 30 zachorowałem i lekarze skonstatowali rozdęcie żołądka oraz katar kiszek. Skazano mnie na uciążliwą i bardzo surową dietę i dłuższe leczenie. Przez 14 lat leczyłem się bezustannie i stosowałem ściśle do wskazówek lekarzy, lecz stan mego zdrowia wcale się nie poprawiał. Chodziłem wymorzony, osłabły i zniechęcony wprost do życia. Ktoś z licznych moich znajomych namówił mnie, abym udał się do pewnego znachora, mieszkającego aż na Wołyniu. Nie mając nadziei uleczenia się ani też już nic do stracenia, z rozpaczy wybrałem się w podróż.

Znachor był to stary Niemiec, mieszkający dawniej na Kaukazie, a wówczas na swej kolonii. Po wyegzaminowaniu mnie powiedział: „będzie pan zdrów“, poszedł na strych, przyniósł dużą ilość jakichś ziół i butelkę nastawionej na ziołach wódki. Spytał mnie, czy jestem głodny, a gdy odpowiedziałem: „nie teraz ale od lat 14“, przyniósł kiełbasy i jajecznicy, nalał mi duży kielich owej ziołowej wódki i kazał mi pić, jeść. Byłem wprost przerażony. Jakto? Po 14 latach morzenia się głodem naraz wódka, kiełbasa i jaja! Ale myślę sobie — trudno, dosyć tego głodu, będę jadł i jadłem z chciwością, a Niemiec powtórnie napełnił kieliszek ową wódką. Najadłem się do syta i oczekiwałem momentu, kiedy porwą mnie kurcze i skończę swój głodowy żywot.

Ale przeciwnie, uczułem błogie ciepło, powracające siły i nic nie zapowiadało owych strasznych skurczów. Odtąd jestem zdrów zupełnie. Wypiłem daną mi butelkę wódki i ziółka, a następnie już sam przygotowałem sobie ów lek z dziurawca, gdyż mieszkający u mnie przyrodnik p. M., tak w wódce jak w ziółkach, znalazł głównie dziurawiec z małą domieszką innych roślin. Świętojańskie ziele stało się odtąd naszym rodzinnym lekarstwem, wkrótce zaś nie tylko naszym, lecz wszystkich naszych bliższych znajomych, którzy dla tej rośliny mają wielkie uznanie“.

Zalecają również dziurawiec przy bolesnych odpływach miesięcznych u kobiet, przy białych upławach i zlewaniach się nocnych.

Dziurawiec przyjmuje się w naparze do picia (równą stołową łyżkę na szklankę) i nalany wódką stołową w stosunku: 1 część ziela suchego na 5 części wódki. W naparze na noc i w wódce przed jedzeniem po małym kieliszku.

Przy katarze narządów trawienia podaję następujące kompozycje z dziurawcem:

A

Dziurawiec	100,0	Hb. Hyperici	(concis.)
Korzenia omanu	10,0	Rad. Inulae Helenii	„
„ tataraku	10,0	„ Calami	„
Kwiatu krwawnika	20,0	Fl.Millefolii	„
Nostrzyka	10,0	Hb. Meliloti off.	„

B

Dziurawiec pospolity	100,0	Hb. Hyperici	(concis.)
Tysiącznika	30,0	„ Centurii	„
Rdestu ptasiego	50,0	„ Polygoni avic.	„
Korzenia dzięglu	20,0	Rad. Angelicae	„
Marzanki wonnej	20,0	Hb. Asperulae odor.	„
Korzenia brodawnika	30,0	Rad. Taraxaci	„

C

Ziela kurdybanku	20,0	Hb. Hederae terr. Glechoma	(concis.)
„ tysiącznika	20,0	„ Centurii	„
Skórek pomarańczy	30,0	Cort. Aurantiorum	„
Dziurawca	100,0	Hb. Hyperici	„
Ziela dymnicy	20,0	„ Fumariae	„
Kwiatu rumianku rzymsk.	10,0	Fl. Chamomillae Rom.	„

Wszystko drobno skrajane, zmieszać razem i pić w naparze, przygotowanym z łyżki stołowej na szklankę, 2—3 razy dziennie po ½ szklanki.

76. **Hyssopus officinalis L.** (Labiatae) — *Hyzop, Izop, Józefek.* ~

Niski krzewek, rosnący dziko w górzystych miejscach południowej Europy, na Kaukazie, w Turkiestanie i na Ałtaju, wytrzymuje on doskonale nasz klimat i może być z zupełnym powodzeniem uprawiany.

Dorasta do 30 cm wysokości, łodygi ma gałęziste; liście siedzące, lancetowate, porosłe krótkimi włoskami; kwiaty wargowate, ciemnobłękitne, liliowe, różowe, a niekiedy białe w lipcu. Zapach ziela aromatyczny, smak gorzkawo-cierpki.

Zbiera się podczas kwitnienia, zrzynając 1/3 wysokości, po czym wysusza, cienko rozpościerając w miejscu cienistym. Po wysuszeniu przechowywać w naczyniach zamkniętych, aby ziele nie wietrzało.

Zastosowanie: olejek eteryczny zalecany jest przy astmie i chronicznych katarach dróg oddechowych, oprócz tego ma zastosowanie przy wyrobie kosmetyków i likierów. Ziela suszonego używają przy gośćcu (reumatyzmie), chorobach płucnych i żołądkowych itp. Wchodzi w skład kąpieli aromatycznych.

Używa się ziela w naparze, który przygotowywać należy pod przykrywką, aby zabezpieczyć od ulatniania się zapachu.

Wzory na kąpiele aromatyczne:

A

Ziela hyzopu	Hb. Hyssopi
„ macierzanki	„ Serpylli
„ szałwii lekarskiej	„ Salviae off.
Pączków sosnowych	Gemmae Pin.
Jagód jałowca	Bacc. Juniperi
Kwiatu rumianku	Flor. Chamomillae

Wszystkiego po 100 g.

Podzielić na trzy części i każdą część naparzyć na jedną kąpiel.

B

Ziele hyzopu drobnego	Hb. Hyssopi
Jagód jałowcowych przetłucz.	Bacc. Juniperi (contus.)
Wrzosu drobnego (gdy kwitnie)	Flor. Ericae
Pączków topolowych	Gemmae Populi
Mięty pieprzowej	Fol. Menthae piper.

Zmieszać wszystkiego po 100 g.

Ilość na 3 kąpiele.

C

Wrzosu kwitnącego drobnego	Flor. Ericae
Chmielu szyszek	Strobuli Humuli Lupuli
Wilczego łyka drobnego	Hb. Daphne Mezerei
Szałwii lekarskiej	„ Salviae off.

Zmieszać wszystkiego po 100 g i postępować jak wyżej.

77. **Inula Helenium L.** (Compositae) — *Oman wielki.* ♃

Jedna z największych przedstawicielek rodziny złożonych — oman wielki, wyrasta dziko w wilgotnych miejscach środkowej Europy; przytrafia się niekiedy i u nas, w cienistych zaroślach, lecz dosyć rzadko, a przytem nigdy nie dochodzi do tych rozmiarów, jak przy specjalnej hodowli w ogrodach i na plantacjach (w Anglii, Niemczech, Szwajcarii, Holandii).

Roślina, dochodząca do wysokości 2 metrów, o łodydze silnej, kątowatej, nierozgałęzionej. Liście ogromnych rozmiarów, jajowate, z obu końców zwężone i kończyste, nierównopiłkowane, zielonożółtawe, dochodzące do $^3/_4$ metrowej długości. Kwiatogłówki drobne o kielichookrywie twardej i kwiatach promienistych żółtych, długojęzyczkowych. Nasiona bardzo drobne, z podwójnie długim pióropuszem. Kwitnie przez czerwiec i lipiec.

Z b i e r a się główkowaty korzeniak razem z wychodzącymi z niego korzeniami z roślin dwuletnich, jesienią lub na wiosnę — i po oczyszczeniu z ziemi wysusza. Korzeń ten posiada właściwy aromat i smak ostry, gorzkokorzenny.

W świeżym stanie korzeń omawiany bywa smażony w cukrze na konfiturę przyjemnego smaku, działającą pobudzająco na czynności narządów trawienia.

Z a w i e r a korzeń omanowy: inulinę, tj. produkt zamieniający krochmal u wszystkich „złożonych", a której ma 44%, następnie heleninę (alantową kamforę), alantol, ciało płynne o zapachu mięty pieprzowej, własności silnie antyseptycznych itd.

Z a s t o s o w a n i e: wysuszony korzeń omanowy używany jest jako środek, ułatwiający oddzielanie się flegmy, przy

katarach dróg oddechowych oraz jako lek moczopędny; w jednym i drugim wypadku równocześnie dezynfekujący. Co do osobno wydzielonych składników korzenia, to inulina zalecana jest dla diabetyków (cukrowa choroba) wzamian krochmalu (mąki) zamieniającej się w organizmie na cukier, odchodzący z uryną. Heleninę stosują jako środek odrzucający flegmę (expectorans) i zarazem antyseptyczny, alantol zaś jako antisepticum do wdychania i wewnętrznie (również antisepticum) przy porażeniach dróg oddechowych.

W zastosowaniu ludowym korzeń omanowy dawany bywa w proszku, zmieszanym z miodem, lub też jako odwar z garstki na kwartę wody (15,0 na litr) do picia w małych dawkach. Kompozycje ziółek piersiowych z korzeniem omanowym podałem przy opisie porostu islandzkiego i lukrecji gładkiej.

Podaję tutaj poniżej dwa wzory mieszanek ziołowych z korzeniem omanowym i jeden przepis na nalewkę na wódce.

Ziółka piersiowe ułatwiające odpluwanie i dezynfekujące płuca:

A

Korzenia omanowego	30,0	Rad. Inulae Helenii
„ żywokostu lekar.	20,0	„ Consolidae
„ lukrecjowego	20,0	„ Glycyrrhizae
„ mydlikowego	10,0	„ Saponariae
Rozłogów perzu	60,0	Rhiz. Graminis
Słodu jęczmiennego	60,0	Malt. Hordei

Wszystko jak najdrobniej skrajane i zmieszane razem. Cztery dobre łyżki stołowe naparzyć 3 szklankami ukropu, zostawić na 3 godziny mieszając, nastepnie przecedzić i wypić na 4 razy w ciągu doby, zawsze po jedzeniu. Kto chce, może pić z mlekiem, a lepiej ze śmietanką lub świeżym masłem. Dobrze jest ocukrzyć.

Ziółka, dezynfekujące nerki, pęcherz i moczopędne (np. przy rzeżączce):

B

Korzenia omanowgo	30,0	Rad. Inulae Helenii
Kory korzenia bzowego	20,0	Cort. Rad. Sambuci
Komosy meksykańskiej	20,0	Hb. Chenopodii ambr.
Kwiatu ślazika leśn. (albo dziewanny)	10,0	Fl. Malvae silv. (vel Flor. Verbasci)
Pączków brzozowych	10,0	Gemmae Betulae
Pomurnika lekarskiego	10,0	Hb. Parietariae off.

Przygotowanie ziółek i użycie to samo, co wyżej.

Z 3 łyżek naparzyć 3 szklanki i pić po 1/2 szklanki 6 razy dziennie.

Nalewka przeciwko osłabieniu czynności narządów trawienia:

C

Korzenia omanowego	20,0	Rad. Inulae Helenii
„ dzięglu lekarskiego	5,0	„ Angelicae
Kłębu tatarakowego	5,0	Rhiz. Calami
Pomarańczek niedojrzałych	10,0	Fruct. Aurantiorum immat.

Wszystko drobno potłuczone.

Nalać 1 butelkę wódki i pić przed jedzeniem po kieliszku od likieru. Można tę nalewkę osłodzić.

78. **Iris.** (Irideae — Kosaćcowate) — *Kosaciec.* ♃

Trzy gatunki kosaćca są używane w lecznictwie z jednakowym działaniem: Iris germanica (Kosaciec niemiecki), I. Pallida — (K. blady) i I. florentina — (K. florencki albo słoweński). Najpospoliciej w naszych ogrodach spotykany jest pierwszy z kwiatem fioletowym, kłąb jego wszakże pachnie najsłabiej.

Znamy ogólnie te rośliny z mieczowatych liści oraz kwiatów oryginalnej budowy, mających trzy płatki, stojące do góry i pomiędzy nimi trzy zwieszone na dół. Kwitnie w maju.

W lecznictwie używa się kłębu tj. właściwą łodygę podziemną, którą się wykopuje w sierpniu, oczyszcza od korze-

ni, cienko obiera ze skórki i albo w takim stanie suszy, albo też bardzo drobno skrajane (jak ziarna tatarki). W ususzonym stanie przechowany kłąb w naczyniu zamkniętym, po kilku miesiącach nabiera zapachu fiołkowego i dlatego powszechnie nazywany jest korzeniem fiołkowym.

Korzeń ten wchodzi w skład oficjalnych ziółek pektoralnych albo piersiowych (Species pectorales), utrzymywanych w aptekach i kupowanych od kaszlu.

Działanie: posiada korzeń fiołkowy rozwalniające i oddzielające flegmę. Pomijając oficjalne ziółka piersiowe, tam gdzie trudno wydziela się flegma przy ciężkim kaszlu, mogę zalecić wzory następujące:

A

Korzenia żywokostu	50,0	Rad. Consolidae
„ lukrecjowego	50,0	„ Glycyrrhizae
Ziela szanty (krzeciny pospolit.)	20,0	Hb. Marrubii
Kwiatu nostrzyku żółtego	15,0	Flor. Meliloti off.
„ dziewanny	30,0	„ Verbasci
Kłębu kosaćca suszonego	20,0	Rhiz. Iridis
Żanklu	15,0	Hb. Saniculae

Wszystko zmieszane w bardzo drobnym stanie. Trzy łyżki ziółek naparzyć dwoma szklankami wrzątku, nakryć, pozostawić na 4 godziny przy kilkakrotnym zamieszaniu, przecedzić i wypić na 6 razy w ciągu dnia, dolewając ciepłą śmietanką a ostatecznie mlekiem.

B

Liści fiołka pachn. (drobno skraj.)	10,0	Fol. Violae odor.	(concis.)
Kłębu kośćca (drobno skrajanego)	20,0	Rhiz. Iridis	„
Korzenia omanu wielkiego	50,0	Rad. Inulae Helenii	
Ziela szanty (drob. skrajan.)	30,0	Hb. Marrubii	„
Korzenia lukrecjowego (dr. skraj.)	60,0	Rad. Glycyrrhizae	„
Kwiatu dziewanny	30,0	Flor. Verbasci	
Korzenia żywokostu (dr. skraj.)	35,0	Rad. Consolidae	„

Zmieszać i dobrze zagotować. Użycie jak wyżej.

Korzeń kosaćcowy obrobiony w rodzaju palca, kupowany jest w aptekach pod nazwą fiołkowego, dla dzieci ząbkujących.

79. **Juglans regia L.** (Juglandeae) — *Orzech włoski.* ±

Drzewo pochodzenia południowo-europejskiego, dla owoców powszechnie sadzone u nas po ogrodach.

Z orzecha włoskiego zbiera się do lekarskiego użytku: liście i naowocnia, tj. zielona mięsista powłoka, okrywająca skorupę ziarna.

Zbierać należy liście, zanim je nadpsuje przymrozek, a więc na jakiś czas przed zbiorem orzechów. Zbyt wczesne zbieranie ujemnie wpływa na owocowanie. Z orzechów młodych, jeszcze nie owocujących, można zbierać w sierpniu. Co zaś do skórek, to właściwie powinny być zbierane jeszcze z owoców niedojrzałych, czego naturalnie nikt robić nie będzie, aby nie psuć sobie orzechów. Świeże liście posiadają korzenno-balsamiczny zapach, częściowo utracają go przy suszeniu; smak gorzkawo-cierpki.

Zastosowanie: liście w naparze do picia jako herbata dla dzieci skrofulicznych, zielone zaś łupiny do farbowania włosów (podług przepisu) i przy rozwolnieniu.

Świeżą zieloną naowocnię możliwie najdrobniej zmiażdżyć, czyniąc to jak najszybciej i unikając oświetlenia słonecznego. Otrzymaną miazgę nalać wagowo takąż ilością spirytusu najmocniejszego, zakorkować i postawić w ciemnym miejscu. Po paru dniach zlać, resztę wycisnąć, szybko przesączyć; otrzymany płyn przechowywać w małych ciemnych buteleczkach, dobrze zakorkowanych, również w miejscach zupełnie ciemnych. Zawalane palce zmyć octem.

Wewnątrznie liście orzechowe stosowane są w naparze do picia, na oczyszczenie krwi dla dzieci skrofulicznych i rachitycznych w różnych kompozycjach ziółek (np. z perzem, bratkami, przetacznikiem, dwuzębem itd.).

Kompozycja ziółek dla dzieci wątłych, skrofulicznych:

A

Liści orzecha włoskiego	50,0	Fol. Juglandis
Ziela przetacznika	20,0	Hb. Veronicae
„ dwuzębu	20,0	„ Bidentis
Rozłogów perzu	50,0	Rhiz. Graminis
Korzenia żywokostu	25,0	Rad. Consolidae
Słodu jęczmiennego	135,0	Malt. Hordei

4 łyżki naparzać na 2 szklanki, aby stało chociaż 3 godziny, przecedzić, osłodzić i dolać mlekiem, dać wypić w ciągu dnia, zamiast herbaty.

B Drugi przepis:

Słodu jęczmiennego browar.	150,0	Malt. Hordei
Ziela bratków polnych	50,0	Hb. Violae tric.
Liści orzecha włoskiego	50,0	Fol. Juglandis
Rozłogu perzu	75,0	Rhiz. Graminis
Korzenia łopianowego	25,0	Rad. Lappae Bardanae
„ turzycy piaskowej	50,0	„ Caritis arean.

Użycie jak wyżej, i przy tym kąpiele aromatyczne (z dodatkiem dwuzębu, jeśli są jakie wyrzuty).

Jeszcze nie dojrzałe orzechy, drobno pokrajane i nalane mocną wódką, w nalewce tej znane są jako środek przeciwko boleściom, kurczom żołądka i rozwolnieniu. Wódka taka, dobrze osłodzona, daje bardzo dobry likier.

Kora z korzenia blisko spokrewnionego orzecha szarego (Juglans cinerea) używana jest w odwarze jako łagodny środek rozwalniający, tak dla dzieci jak i dla dorosłych.

80. **Juniperus communis L.** (Cupressineae) — *Jałowiec pospolity.* ±

Zwykle krzew, lecz o piramidalnym wzroście, w późnej starości wyrasta w drzewo, niekiedy na kilka metrów wysokie.

Ogromne przestrzenie płonnych nieużytków piaszczystych, porośnięte tym iglastym krzewem, nadają wielu miej-

scowościom u nas smutny i opuszczony widok, świadczący z jednej strony o marnej gospodarce krajowej, z drugiej zaś — o niskiej kulturze i obojętności mieszkańców.

Zbyteczne byłoby opisywanie tego, tak pospolitego krzewu, wypada tylko nadmienić, że jałowiec w jednym roku kwitnie (w kwietniu i maju) i wydaje tylko zielone jagody (szyszkojagoda — galbulus), które zimują w tym stanie i dopiero następnego lata czernieją, tj. dojrzewają. W ten sposób jałowiec jednocześnie ma jagody zielone i czarne. Jagody dojrzałe dopiero po przymrozkach jesiennych dają się łatwo otrząsać, a więc dopiero wtedy powinien się zbiór ich zaczynać. Jeżeli obijać je latem, spadają jednocześnie i jagody zielone, które nie tylko nie mają żadnej wartości, ale psują do tego wartość dobrego towaru i trzeba je różnymi sposobami odłączać, choćby ręcznie wybierać.

Zawierają dojrzałe jagody jałowcowe: do 1,2% olejku eterycznego, do 40% cukru, żywicę itd. Drzewo jałowcowe zawiera do 0,8% olejku eterycznego.

Zastosowanie: jagody jałowcowe mają więcej zastosowania w weterynarii, aniżeli w medycynie. Bądźto w odwarze, bądź jako olejek, odpędzony z tych jagód, stosowane są jako środek moczopędny, jednakże w tej ostatniej formie w bardzo małych dozach, gdyż mogą wywołać zapalenie nerek.

Jeżeli z jagód odpędzić olejek lotny przy pomocy destylacji z wodą, pozostałe jagody mogą być użyte na wygotowanie z nich wyciągu (ekstraktu), zwanego Roob Juniperi, który może być używany do picia przy puchlinie wodnej albo przy zatrzymaniu uryny. Duża zawartość cukru w jagodach daje możność przerabiania ich na alkohol, czy wódkę, wyrabianą w Anglii pn. „Gin" (Dżyn).

Olejek eteryczny jałowcowy używany jest zewnętrznie do wcierania, sam albo w mieszaninie ze spirytusem kamforowym, amoniakiem itp., przy różnych bólach, darciach i łamaniach.

81. **Lamium album L.** (Labiatae) — *Jasnota biała.* ♃

Najczęściej roślinę tę nazywają głuchą albo martwą pokrzywą, chociaż z pokrzywą prawdziwą nie jest spokrewniona.

Roślina pospolita w całej Europie z wyjątkiem dalekiej północy. Wyrasta pod płotami, po rowach, między zaroślami, około mieszkań ludzkich, zwykle w miejscach wilgotnych i na ziemi urodzajnej. Kwitnie od najwcześniejszej wiosny do późnej jesieni, lecz z przerwą gorących miesięcy letnich.

Roślina do 40 cm wysoka, o łodydze czterokątnej, liściach ogonkowych, podłużnie i śpiczasto sercowatych, piłkowanych, powierzchni falistej, kwiatach wargowatych białych, niekiedy lekkożółtawych.

Zbiera się same korony kwiatowe przez oskubywanie i suszy szybko, cienko rozpościerając na papierach, można i w słońcu. Po dokładnym wysuszeniu kwiaty powinny być przechowywane w suchym miejscu i w naczyniu zamkniętym. Kwiat jasnoty białej powinien mieć zapach lekko miodowy i słodkawy smak.

Zastosowanie: kwiat jasnoty białej należy do leków bardzo starych, tamujących krwotoki wewnętrzne, przeciwskrofulicznych i piersiowych. Kwiat jasnoty posiada własności hemostatyczne, tamujące krew, obecnie jednak medycyna środek ten zarzuciła, co jednakże nie dowodzi, aby nie miał wartości. Kwiat jasnoty białej stosowany jest u ludu przeciw upławom białym, wespół z liśćmi geranii doniczkowej

o liściach łapkowatych, silnie pachnących[1]), w postaci naparu albo nastawione na winie. Często spotyka się picie jasnoty przy kataralnych stanach dróg oddechowych, ale najczęściej ze ślazem, dziewanną lub innymi ziołami.

Kwiat jasnoty białej jest bardzo drogi i często nie można go dostać, przeto na wsi, gdzie każdy może sobie sam go uzbierać, więcej jest jako lekarstwo używany, niż w miastach.

Kwiat jasnoty białej zaczęto używać z b. dobrym skutkiem od cukrzycy:

A

Kwiatu jasnoty białej	30,0	Flor. Lamii albi
Ziela dziurawca	30,0	Hb. Hyperici
Liści poziomki	20,0	Fol. Fragariae
Rozłogów perzu	40,0	Rhiz. Graminis

Zmieszać. Naparzyć łyżkę na szklankę i pić 2 razy dziennie.

B

Turżycy piaskowej	30,0	Rhiz. Caricis aren.
Kwiatu jasnoty	30,0	Flor. Lamii albi
Paprotki słodkiej	10,0	Rhiz. Polipodii vulg.
Rozłogów perzu	50,0	„ Graminis

Zmieszać. Użycie jak wyżej.

82. **Lappa officinalis** *Allione* (Compositae) — *Łopian, Łopuch.* ⊙

W trzech rosnących dziko odmianach: Lappa major Gaedt. Łop. wielki, L. tomentosa Lam., Ł. kosmaty i L. minor DC. Ł. mniejszy, korzeń łopianu zbiera się bez różnicy i służy do jednakowego celu.

Wszystkie powyższe łopiany wyrastają dziko blisko siedzib ludzkich, pod płotami, budynkami gospodarskimi na zapuszczonych śmietniskach, a także po rowach i miedzach.

Łopuch wielki dorasta do wysokości 70 cm, łodygę ma gałęzistą, szarą, liście ogonkowe, sercowojajowate, tępe,

[1]) Geranium moschatum.

o brzegu falistym, zielone, spodem kosmate i jaśniejsze. Kwiaty purpurowe w lipcu i sierpniu. Owoc, gałka kolczystohaczykowatą, nieznośnie czepiająca się ubrania.

Zbiera się korzenie, które wykopywać należy jesienią pierwszego roku albo też wiosną drugiego, dopokąd roślina nie wypuści łodygi kwiatowej. Korzenie wymyte i pokrajane należy doskonale wysuszyć i trzymać bardzo sucho. Smak gorzko - śluzowaty.

Zawiera: inulinę, garbnik, cukier i ślady olejku eterycznego.

Zastosowanie: odwar korzenia łopianowego używany jest do zmywania głowy na porost włosów. Takiż odwar używany bywa do zmywania liszajów. Przeciwko łuszczycy stosowano zewnętrznie nalewkę spirytusową z nasion łopianowych.

Wewnętrznie odwar korzenia piją na oczyszczenie krwi przy wyrzutach skórnych, podagrze, syfilisie, skrofułach itd. W tych wypadkach należy jednak korzeń łopianowy mieszać z innymi ziołami, gdyż jak mówiłem, nigdy jedna roślina nie działa tak dobrze, jak kilka.

Kompozycje ziółek z łopianem znajdzie czytelnik przy opisie: Carex arenaria (Turzyca piaskowa).

Tutaj przytoczyć muszę jeszcze kompozycję ziółek z łopianem do mycia głowy, na powstrzymanie wypadania włosów i przeciw łupieżowi:

A

Korzenia łopianowego	20,0	Rad. Lappae off. Bardanae
Główek chmielowych	10,0	Capitae Humuli Lupuli
Korzenia mydliku (drobno skraj.)	40,0	Rad. Saponariae (concis.)
Ziela hyzopu	30,0	Hb. Hyssopi
Korzenia pokrzywy	20,0	Rad. Urticae dioicae

Z garstki ziółek ugotować szklankę mocnego odwaru i przecedzić. Odcedzone ziółka nalać powtórnie wodą i odgotować litr. Płyn ten również odcedzić, dolać taką ilością wody, aby wystarczyła do zupełnego

umycia głowy. Pierwszym płynem polać głowę, nadrapać delikatnie skórę, poczekać z 5 minut i opłukać wodą z drugi raz odgotowanych ziółek; wytrzeć i rozczesać.

B

Korzenia łopianowego	3 części	Rad. Lappae off. Bardanae	
„ pokrzywy parzącej	1 „	„ Utricae dioicae	
„ mydlika	5 „	„ Saponariae	
Skrzypu polnego	1 „	Hb. Equiseti arv.	

Ugotować jak wyżej. Głowę dobrym mydłem namydlić i odwarem opłukać (przy włosach tłustych).

C

Korzenia łopianowego	50,0	Rad. Lappae off. Bardanae
Skrzypu polnego	10,0	Hb. Equiseti arv.
Kwiatu rumiankowego	10,0	Flor. Chamomillae
Korzenia mydlika	50,0	Rad. Saponariae
Ziela żegawki (pokrzywy)	20,0	Hb. Urticae dioicae

Postąpić jak przy przepisie B. — tj. namydlić i odwarem opłukać.

D

Korzenia łopianowego	10,0	Rad. Lappae off. Bardanae
„ mydlikowego	20,0	„ Saponariae
„ omanowego	10,0	„ Inulae Helenii
Szyszek chmielu	10,0	Strobuli Humuli Lupuli

Przygotować i postępować jak przy przepisach poprzednich.

E

Korzenia mydlikowego	100,0	Rad. Saponariae
„ łopianowego	50,0	„ Lappae off. Bardanae
„ pokrzywy zwycz.	50,0	„ Urticae dioicae
Główek chmielowych	25,0	Capitae Humuli Lupuli
Ziela hyzopu	25,0	Hb. Hyssopi
„ nostrzyku	25,0	„ Meliloti
Skrzypu polnego	25,0	„ Equiseti arv.

Przygotować jak powyższe i użyć przy lekkim namydleniu jak powiedziano przy A.

83. **Lavandula spica** (Labiateae) — *Lawenda.* ♃

Roślina wieloletnia na 30—40 cm wysoka, jest właściwie odmianą gat. L. vera. Liście ma krótsze i szersze, kwitnie trochę później ale zapach ma silniejszy i przyjemniejszy.

Wchodzi w skład różnych mieszanek ziołowych.

Rozmnaża się z wysiewu w inspekcie albo z podziału krzaczków na wiosnę.

Do użytku lekarskiego zbiera się pączki już na rozwinięciu, szybko wysusza i przechowuje w naczyniu zamkniętym, żeby nie traciły zapachu.

Mieszanka dla osób nerwowych.

A

Kwiatu lawendy	30,0	Flor. Lavandulae spicąe
„ pierwiosnka	30,0	„ Primulae
„ głogu zajęczego	30,0	„ Crataegi oxyac.
„ dziewanny	30,0	„ Verbasci
Ziela tymianku	30,0	Hb. Thymi

Zmieszać i trzymać w naczyniu hermetycznie zamkniętym. Naparzać z łyżki stołowej z czubkiem na szklankę, nakryć i niechaj stoi godzinę. Po przecedzeniu wypić. Przyjmować można 3 razy dziennie.

Przy braku snu i zdenerwowaniu dla dorosłych.

B

Kwiatu głogu zajęczego	10,0	Flor. Crataegi oxyac.
„ maku polnego	10,0	„ Papaveris Rhoeas
„ pomarańczowego	10,0	„ Aurantiorum
„ lawendy	10,0	„ Lavandulae spica
Ziela męczennicy nieb.	10,0	Hb. Passiflorae Lucernalae

Zmieszać i trzymać w naczyniu hermetycznie zamkniętym. Naparzyć łyżkę stołową pod przykryciem na godzinę i przecedzone wypić na noc.

84. **Lemma** (L. minor, L. trisulca; L. polyrrhisa) (Lemnaceae - Rzęsowate) — *Rzęsa wodna.* ♃

Drobniutkie roślinki, gromadnie pokrywające powierzchnię wód stojących i zamulonych rzeczułek, tworząc jakby kożuch. Rzęsę wodną zbierają sitami na karmę dla kaczek, a przeto wszyscy ją znają pod tą nazwą.

Roślinki te, pozornie kwiatów nie wydające, posiadają drobniutkie kwiatuszki obupłciowe, wyrastające na brzegach listków.

Przy zbiorze sitami razem z rzęsą wydostają się z wody różne domieszki, przeto trzeba rzęsę oczyścić i przemyć kilka razy wodą studzienną i po obsiąknięciu dopiero wysuszyć, rozpościerając bardzo cienką warstwę na otwartym powietrzu.

Artykuł ten nie był w lecznictwie używany, w wielu jednak miejscowościach lud używa sproszkowanej rzęsy przy duszności (astmie) z dobrym wynikiem.

Na podstawie tej, że kilka roślin lepiej zawsze działa, niż jedna, gdy dobieramy je o własnościach zbliżonych lub też pośrednio mogących wpłynąć dodatnio na stan zdrowia, niżej podaję 2 wzory mieszanki przeciw dusznicy (astmie):

A

Kory szakłakowej	100,0	Cort. Rhamni Catharticae
Rzęsy wodnej	100,0	Hb. Lemnae
Kwiatu dziewanny	50,0	Fl. Verbasci
Korzenia biedrzeńca	20,0	Rad. Pimpinellae
„ żywokostu	30,0	„ Consolidae

Wszystko w drobnym stanie zmieszane. Zaparzać łyżkę stołową na ¾ szklanki i wypić w czasie ataku. Gdy pijać stale, np. 1 — 2 razy dziennie, ataki występują rzadziej.

B

Korzenia żanklu (drob. pokr.)	20,0	Rad. Saniculae (concis)
Ziela przywrotnika	20,0	Hb. Alchemillae
Jagód szakłakowych	25,0	Fruct. Rhamni Catharicae
Rzęsy wodnej	40,0	Hb. Lemnae
Kwiatów ślaziku leśnego	15,0	Fl. Malvae silv.

Wszystko drobno skrajane. Przygotowanie i użycie, jak przy A.

85. **Leontodon Taraxacum L.** (Compositae) — *Brodawnik mleczowaty, Mniszek.* ♃

Jedna z najpospolitszych roślin naszych łąk, pastwisk, miedz, rowów i przydroży, rozmaicie u ludu nazywana: mniszkiem, mleczem, puchówką, pępawą itd.

Liście rozetowato rozesłane, w ogólnych konturach wydłużono-szeroko-lancetowate, tępe na końcach, głęboko, nieregularnie wycinane, jakby powyszarpywane pióra, głąbik kwiatowy pusty, zakończony kwiatogłówką ciemnożółtą; pełną. Łodygi brak zupełny. Cała roślina wypełniona sokiem mlecznym. Kwitnie od najwcześniejszej wiosny, aż do późnej jesieni. Smak rośliny gorzko-słonawy. Zapachu nie ma żadnego.

Zbiera się do użytku lekarskiego korzenie, w jesieni albo b. wcześnie na wiosnę, wymywa dokładnie i suszy.

Zawiera: inulinę (szczególniej dużo w jesieni), śluz, ślady ciał garbnikowych, ciało gorzkie itd.

Zastosowanie: sok, wyciśnięty z świeżej rośliny, stosowany jest w majowym leczeniu, jednakże z całej rośliny korzeń tylko idzie na użytek leczniczy. Jako wyciąg gęsty, w aptekach używany jest do zarabiania masy pigułkowej. W odwarze do picia zażywa się korzeń przy chorobach wątroby, przy kamieniach, stwardnieniu, żółtaczce, a także przy chronicznym zaparciu stolca i hemoroidach w połączeniu z innymi ziołami.

86. **Leonurus cardiaca** (Labiatae-Wargowe) — *Serdecznik.* ♃

Wieloletnie ziele, wyrastające bardzo często pod płotami, w zaniedbanych ogrodach i na dziedzińcach. Tworzy sztywne łodygi stojące, proste, po jednej lub kilka z karpy wyrastające. Liście ciemnozielone, odwrotnie sercowate, ale w górnym końcu strzępiasto wycinane. Kwiatki różowawe, wargowe, zebrane niby w okółki, wychodzące z kątów liści naprzeciwległych. Kwitnie przez lato do jesieni.

Ziele kwitnące stosuje się przy chorobach sercowych, w naparze z innymi roślinami, jak to powiedziane jest przy biedrzeńcu, lub też według wzorów:

A

Ziela serdecznika	30,0	Hb. Leonuri card.
Korzenia kozłka lekar.	20,0	Rad. Valerianae
Płucnika lek.	30,0	Hb. Pulmonariae

Zmieszać. Naparzać łyżkę na szklankę i wypić jedną do dwóch dzien

B

Ziela serdecznika	20,0	Hb. Leonuri card.
Korzenia biedrzeńca	20,0	Rad. Pimpinellae
Cukru pudru	40,0	Sacch. alb. plv.

Zmieszać, brać po łyżeczce dwa do trzy razy dziennie.

87. **Levisticum officinale** *Koch* (Umbelliferae) — *Lubczyk, Lubiśnik lekarski.* ♃

Pochodzi z południowej Europy, sadzony bywa po ogrodach; na specjalnych plantacjach uprawiany jest w Niemczech.

W dobrej i wilgotnej ziemi dochodzi niekiedy do ³/₄ metra wysokości. Korzeń ma silny, rozgałęziony, żółtobrunatny, wewnątrz biały, smaku słodkawego, korzennoostrego i silnego zapachu, przypominającego nieco pietruszkę. Łodyga nasienna silna, gałęzista, pusta. Liście bardzo duże, zielone, lśniące, gładkie, trzy razy składane, podobne do selerowych.. Kwiaty żółtawe w baldachach; kwitnie w czerwcu i lipcu. Nasiona posiadają smak palącokorzenny i przyjemny zapach.

Zbiera się do lekarskiego użytku korzenie z paroletnich roślin, wymywa dobrze, drobno skrawa i suszy. Zupełnie suche powinny być przechowywane w naczyniu zamkniętym, aby nie wietrzały.

Zawiera: olejek eteryczny do 0,6%, żywicę, kwas jabłeczny i angelikowy. Olejek eteryczny powinien być odpędzany ze świeżego korzenia.

Zastosowanie: odwar, przygotowywany pod pokrywką, z korzenia używa się jako środek napotny, moczopędny (np. w puchlinie wodnej) i ułatwiający oddzielanie się flegmy przy katarach dróg oddechowych.

Stosownie do tego, na co ma działać, korzeń lubiśnika miesza się w ziółkach z innymi ziołami, w czym już czytelnik sobie poradzi, zapoznając się z treścią książki.

88. **Lupulina.**

Są to żółte gruczołowe włosy wyrastające na szyszkach chmielowych, otrzymywane przez odzieranie wysuszonych szyszek. Jest to żółty, lepki proszek, o przyjemnym, przenikliwym zapachu i korzennogorzkim smaku.

Lupulina zawiera 55% żywicy chmielowej, 5% garbnika, 3% olejku silnie aromatycznego i 10% goryczy.

Lupulina może być bez zepsucia przechowywana najwyżej rok, a zepsuta nabiera zapachu sera i powinna być wyrzucona.

Używa się przy bezsenności wskutek pobudliwości płciowej, przy bolesnych erekcjach (w rzeżączce). Przyjmuje się wprost w opłatku. (Patrz chmiel).

89. **Lycopodium clavatum** (Lycopodiaceae) — *Widłak gwoździsty. Babimór.* ♃

W szpilkowych lasach i puszczach, w miejscach przeważnie wilgotnych, pokrytych mchem, wyrasta widłak częstokroć na całych obszarach i zbierany jest dla swych zarodni-

ków, poczęści do lekarskiego użytku, lecz głównie na wywóz zagranicę dla przemysłu wojennego (do odlewu pocisków). Zbiór widłaka, szczególniej na Białorusi, jest szeroko rozpowszechniony.

Roślina, dając długie uzdy, czołga się po powierzchni leśnej, zapuszczając w ziemię drobne korzonki. Z licznych pluszowo-zielonych rozgałęzień wychodzą pojedyncze lub podwójne kłoski, napełnione nadzwyczaj drobnymi zarodnikami, dojrzewającymi w sierpniu, i wtedy przypada zbiór kłosków. Ścięte kłoski i rozpostarte na strychach, przy podłożeniu grubych posklejanych papierów, otwierają się i wysypują subtelny, śliski żółty proszek, który odsiany, stanowi tzw. próchno apteczne — Lycopodium. Ten właśnie proszek, zsypywany do grubych papierowych toreb, następnie pakowanych w drewniane skrzynie, stanowi omawiany wyżej artykuł handlu i wywozu zagranicę.

Zarodniki widłakowe przedstawiają się jako maleńkie orzeszki, wypełnione tłuszczem, którego zawierają do 40%. Sypane na ogień zapalają się z trzaskiem i spalają momentalnie. Oprócz tłuszczu, zawierają jeszcze zarodniki od 2—3% cukru, prócz innych składników. Czyste likopodium dawać powinno 4% popiołu.

Zastosowanie: ziele ma własności moczopędne i stosowano je w odwarze, jednak słabym, gdyż posiada własności drastyczne. Nalewka spirytusowa stosowana niekiedy przez lekarzy przy kurczowym zatrzymaniu uryny u dzieci i katarze pęcherza u dorosłych. Również przy chorobach pęcherza stosowana jest nalewka, przygotowana z zarodników. Zewnętrznie zarodniki służą do zasypywania oparzeń. Przy wewnętrznym użyciu ziela dawka nie powinna przewyższać 1—5 gramów na dobę.

90. **Lysimachia numularia Lin.** (Primulaceae) — *Tojeść pieniążek.* ♃

Roślina wieloletnia. Łodygi płożące się o liściach naprzeciwległych, jajowatych ostro zakończonych. Kwiaty pięciopłatkowe, cytrynowożółte. Wyrasta na łąkach i po rowach przydrożnych.

Ziele zerżnięte w pełni kwitnienia, więc w m. lipcu, bardzo cienko rozpostarte wysusza się w cieniu i zupełnie suche zrzyna w drobną sieczkę.

Jest to środek bardzo zalecany przez wiele osób od duszności. Pija się naparzając łyżkę stołową na szklankę. Szklanek można dziennie przyjąć 1—2 ale pijąc na dwa razy.

Można osłodzić i dolać mlekiem.

91. **Malva silvestris L.** (Malvacae) — *Ślazik leśny.* ⊙ *i* ♃.

Pospolita roślina rosnąca pod płotami, około domów i zabudowań gospodarskich o łodydze stojącej, niekiedy podnoszącej się, gałęzistej, owłosionej, od 25—50 cm wysokiej, liściach długoogonkowych, spiralnie na łodydze osadzonych, jajowatosercowych, pięcioklapkowych i kwiatach różowych, ciemniej paskowanych. Kwitnie różowo przez lipiec, sierpień i wrzesień.

Zbierać rozwijające się kwiaty i liście. Kwiaty po wysuszeniu przybierają zabarwienie fioletowe. Liście powinny zostać zielone.

Zawiera: z działających składników głównie śluz, reszta znaczenie ma podrzędne.

Zastosowanie: w nieżytach dróg oddechowych, bólu gardła, chrypce, jako środek kojący, powlekający i z racji tych własności może w różnych kompozycjach ziółek zastępować jak liście, tak i korzenie ślazu lekarskiego.

Zbliżone działanie również mają: ślaz okrągłolistny — Malva rotundifolia i ślaz kędzierzawy — Malva crispa.

92. **Marrubium vulgare L.** (Labiatae) — *Szanta, Krzecina pospolita.* ♃

Spotyka się nad drogami, pod płotami, po miedzach pól uprawnych, około domów, na śmietniskach starych.

Łodyga na 40 cm wysoka, stojąca lub podnosząca się, liście okrągłojajowate, zwężone w ogonek, szarawozielone, groszkowate, piłkowane. Kwiaty zebrane niby w okółki b. drobne, białe w czerwcu i aż do jesieni. Zapach balsamiczny, smak gorzkawosłonawy.

Zbierać przez czas kwitnienia, odrzucić grube łodygi i wysuszyć w cieniu.

Zawiera: substancję gorzką — marrubinę, garbnik i olejek eteryczny.

Zastosowanie: w Stanach Zjednoczonych Ameryki Półn., w Szwajcarii, Belgii i Francji szanta należy do leków oficjanych, a przede wszystkim do leków ludowych bardzo popularnych przy chronicznych nieżytach dróg oddechowych, a także jako środek stosowany w febrach, chorobach wątroby, żółtaczce, przy niedostatecznych odpływach miesięcznych u kobiet (w tym wypadku w pomieszaniu z rutą, kwiatem ostróżki zbożowej, korzeniem brodawnika mleczowatego i róży stulistnej oraz przy bardzo gorących kąpielach na nogi aż do kolan), a także przy zaparciu stolca i gnilcu (szkorbucie). Szantę przyjmuje się w naparze czyli herbacie, licząc 10, — 15,0 na ½ litra wody i pije po 2—3 razy dziennie po ½ szklanki. Jeżeli w danym wypadku dawaną jest w mieszance ziołowej, to powinno przypaść szanty na dozę dzienną 5,0—7,5 (grama).

Z krzeciny pospolitej niekiedy przygotowują wino, które przyjmuje się po kieliszku trzy razy dziennie (po jedzeniu). Proporcja 30,0—40,0 na litr białego wina (nastawia się na 8 dni).

Na pobudzenie apetytu:

A

Liści bobrka trójlistnego	20,0	Fol. Trifol. fibr.
Korzenia dzięglu	30,0	Rad. Angelicae off.
Ziela kardybenedykty	20,0	Hb. Cardui benedict.
„ skrzypu polnego	30,0	„ Equiseti arv.

Zmieszać. Naparzać 2 łyżeczki na 1/2 szklanki i wypić daną ilość 2 — 3 razy dziennie.

B

Ziela tysiącznika	30,0	Hb. Centaurii
Korzenia brodawnika	30,0	Rad. Taraxaci
Bazyliki lekarskiej	30,0	Hb. Basilici
Korzenia goryczki	20,0	Rad. Gentianae
Skrzypu polnego	40,0	Hb. Equiseti arv.

Zmieszać. Użycie jak poprzednio.

C

Ziela szanty	20,0	Hb. Marrubi vulg.
Liści bobrka trójlistnego	30,0	Fol. Trifol. fibr.
Kardybenedykty	20,0	Hb. Cardui benedict.
Skórki pomarańczowej	30,0	Cort. Aurantiorum

Zmieszać. Użycie jak poprzednich.

Ziółka pobudzające menstruację:

D

Ziela szanty	20,0	Hb. Marrubii vulg.
„ ruty	20,0	„ Rutae
Kwiatu ostróżki zbożowej	20,0	Flor. Delphini
Korzenia brodawnika	20,0	Rad. Taraxaci
Korony malwy czarnej	20,0	Flor. Malvae arb.

Zmieszać. Naparzać pod przykryciem 2 łyżki na szklankę i wypić na gorąco do łóżka.

93. **Matricaria Chamomilla L.** (Compositae) — *Rumianek zwyczajny.* ⊙

Jeden z najstarszych leków roślinnych, gdyż wzmianki o nim znajdujemy u Dioscorides'a i Pliniusza.

Ziele, trafiające się u nas w wielu okolicach w dzikim stanie, porastające pola uprawne (w Sochaczewskim, Łęczyc-

kim, Piotrkowskim, Grodzieńskim) w glebie urodzajnej. Niezależnie od zbierania rumianku z dzikiego stanu, w wielu miejscach jest on hodowany umyślnie do lekarskiego użytku, gdyż dzikiego nie wystarcza, a plantacja jest dosyć rentowna.

Rumianek dorasta w dobrej ziemi do 25, a nawet do 30 cm wysoko. Przy bujnym wzroście łodygę ma silnie rozgałęzioną i tworzy szerokie krzaczki. Liście podwójnie pierzasto-dzielne o listkach linijnych. Kwiatogłówka posiada dno kwiatowe (receptaculum) stożkowate i, po rozkrajaniu, wewnątrz puste (najważniejsza cecha odróżnienia go od innych rumianków, naturalnie obok przyjemnego zapachu). Każda kwiatogłówka składa się z 12—18 języczkowych kwiatków, o płatkach białych i bardzo licznych, rurkowatych, obupłciowych, żółtych, ściśle obrastających osadnik. Smak kwiatów gorzkokorzenny, zapach aromatyczny (starannie zebranych, świeżo rozkwitłych kwiatogłówek, po wysuszeniu ich, do złudzenia przypomina jabłka).

W ostatnich czasach coraz częściej pojawia się u nas i najwidoczniej ruguje rumianek lekarski, inny gatunek pachnący podobnie, mający również dno kwiatowe puste wewnątrz, ale różniący się tym, że kwiatki rurkowe ma zielone i zupełny brak obwodowych promieni (płatków białych). Kwiat wygląda jakby był przez kogoś oskubany. Rumianek ten przywędrował do nas przez Rosję z Ameryki i Kamczatki i gdzie się tylko posuwa, tam ginie zupełnie rumianek promienisty lekarski. Jest to Matricaria discoidea albo Chrysanthemum suaveolens. Właściwie gatunek ten trzeba tępić.

Z b i e r a się kwiatogłówki, o ile możności wkrótce po rozwinięciu się, i suszyć cienko rozpostarte na słońcu, lepiej w cieniu. Wysuszone dokładnie przechowywać w naczyniach zamkniętych, w suchym miejscu.

Zawiera: olejek eteryczny (do 0,5%), zabarwiony błękitno, ciało gorzkie, inne składniki podrzędne.

Zastosowanie: rumianek stosuje się wewnątrz jako środek moczopędny, przeciwkurczowy, napotny i wiatropędny; zewnętrznie — do okładów, kataplazmów, przemywania ran itd. Będąc jednym z najpopularniejszych środków leczniczych, rumianek ma takie uznanie, że niemal stosuje się go w każdej przypadłości, np. od stosowania przy kurczach macicy został nazwany „matricaria". Olejek rumiankowy w większych ilościach działa trująco, natomiast w małych uśmierza kurcze i boleści, tak w przewodzie pokarmowym jak i w macicy., Kompozycja może być taka:

A

Olejku rumiankowego eterycz.	2 krople	Ol. ether. Chamomillae
„ melisowego eterycz.	2 „	„ „ Melissae
„ walerianowego eterycz.	1 „	„ „ Valerianae
„ dzięglowego eterycz.	1 „	„ „ Angelicae
„ mięty pieprzowej eterycz.	20 „	„ „ Menthae pip.
Spirytusu mocnego eterycz	50 gram.	Spiritus 60°

Zmieszać. Przyjmować po 10 kropel na łyżeczkę tłuczonego cukru. Używa się przy kurczach, boleściach podczas menstruacji, przy przeziębieniu brzucha itp.

Kompozycja druga używana w tych samych wypadkach:

B

Olejku rumiankowego eterycz.	2 krople	Ol. ether. Chamomillae
„ mięty pieprzowej „	10 „	„ „ Menthae pip.
„ tatarakowego „	3 „	„ „ Calami
„ karolkowego „	10 „	„ „ Carvi
„ szałwiowego „	5 „	„ „ Salviae
Spirytusu 60°	50 gram.	Spiritus 60°

Zmieszać i używać na cukrze, jak wyżej.

Rumianek używany jest zwykle przy wzmacniających kąpielach aromatycznych, dla dzieci wątłych, rachitycznych, skrofulicznych, jak również i dla dorosłych, osłabionych

i wycieńczonych lub cierpiących na reumatyzm, nerki, małokrwistość, albo wodną puchlinę. Oto wzór na mieszankę kąpielową:

C

Po 200 gram.

Kwiatu rumiankowego	Fl. Chamomillae
Kłębu tatarakowego	Rhiz. Calami
Pączków brzozowych	Gemmae Betulae
Ziela macierzanki	Hb. Serpylli
Korzenia dzięglowego	Rad. Angelicae

Wszystkiego wziąć w jednakowych ilościach i zmieszać. Na kąpiel dla dzieci 150,0 — dla dorosłych 250,0. Naparzać w garnku pod nakryciem, a gdy naciągnie, wlać do wanny z ciepłą wodą. Siedzieć w wannie 20 — 30 minut.

94. **Melilotus officinalis** *Desroux* (Papilionaceae) — *Nostrzyk lekarski.* ⊙

W dobrych warunkach nostrzyk lekarski przechodzi metr wysokości, tworząc silną i rozgałęzioną łodygę. Wyrasta na miedzach, pod płotami, w zapuszczonych ogrodach, szczególniej bujnie na ziemi glinkowej, zawierającej wapno, albo na marglach wzgórkowatych, w miejscach słonecznych.

Liście naprzemianległe, ogonkowe, złożone z trzech ząbkowanych listków. Kwiat motylkowaty, żółty, zebrany w kiście, wychodzące z kątów liści na wierzchołkach łodyg. Cała roślina pachnąca, lecz dopiero przy suszeniu jej zapach silniej występuje. Smak ziela kleisty gorzkosłonawy.

Zbierać podczas kwitnienia, tj. od końca czerwca. Zrywa się kwiat z miękkimi wierzchołkami łodyg. Suszyć w cieniu.

Zawiera: osobliwe pachnące ciało „kumarynę", nadającą roślinie suszonej zapach siana, ale bardzo silny, dalej oleistą substancję „melilotol" także bardzo przyjemnego zapachu kwas melilotowy, śluz, gorzknik itd.

Zastosowanie: zewnętrznie — jako środek rozmiękczający, wewnętrznie — jako napar (herbatka), przy zaflegmieniach i nieżytach dróg oddechowych (np. ze ślazem, porostem islandzkim, płucnikiem, żywokostem lecz w małym stosunku do nich, np. 5%).

95. **Melissa officinalis L.** (Labiatae) — *Rojownik lekarski, Melisa, Matecznik.* ♃

W dzikim stanie u nas rzadko się przytrafia, lecz pospolicie hodowana jest melisa po ogródkach i pasiekach dla pszczół, a bardzo pożądane jest plantowanie jej w większych rozmiarach dla użytku lekarskiego. Za ojczyznę melisy uważać należy południową i zachodnią Europę, gdzie w wilgotnych zaroślach spotyka się ją często. Zasługuje na uwagę tylko melisa cytrynowa.

Wyrasta w dobrych warunkach do 50, a nawet 60 cm wysoko. Łodygi ma czterokątne, gałęziste, omszone, wychodzące z karpy krzaczasto. Liście jajowate, spiczaste, zielone, piłkowane. Kwiaty w lipcu i sierpniu, dosyć drobne, białe, zebrane w półkrążki. Cała roślina silnie aromatyczna, przypominająca zapachem cytrynę. Smak mdły, cierpko-gorzkawy.

Zbierać parę razy, zbyt grube łodygi odrzucić i wysuszyć w cieniu. Suche ziele trzymać w naczyniu zamkniętym.

Zawiera: około 0,1% olejku eterycznego, cytral, cytronelal.

Prawdziwego olejku melisowego dostać jest b. trudno, a robią sztuczny lichej wartości.

Zastosowanie: napar liści melisowych działa lekko podniecająco, moczo- i wiatropędnie i używają go przy kolkach, wzdęciach, kurczach żołądka, histerii i nerwowych cierpieniach brzucha. Napar przygotowuje się z 15,0 gr na

3—4 szklanek wrzątku pod nakryciem.. Działanie przeciwkurczowe melisy stwierdzone było niejednokrotnie przy cholerze, środek ten bowiem przewyższał w działaniu wszystkie inne leki. O wiele lepszą jest od melisy zwyczajnej melisa cytrynowa. Posiada znacznie silniejszy zapach i zachowuje go po ususzeniu, gdy zwykła zatraca go do tego stopnia, że dopiero po roztarciu liści, wyczuwa się zaledwie. Naturalnie w działaniu przewyższa znacznie — cytrynowa zwykłą.

96. **Mentha piperita L.** (Liabiatae) — *Mięta pieprzowa.* ♃

Pod tą nazwą hodujemy nie osobny gatunek ale odmianę, czy mieszańca, może paru gatunków, wyradzającego się łatwo z nasienia i dlatego rozmnażanego na plantacjach z podziału krzaków, odrostków i sadzonek.

Mięta pieprzowa, zależnie od jakości ziemi i jej stanu wilgoci, dochodzi rozmaitej wysokości. Liście jajowatolancetowate, zwężające się w ogonek i łagodnie spiczaste, piłkowane, ciemnozielone, wydatnie żylaste. Kwiaty różowe, w czerwcu i lipcu. Smak dobrej mięty jest silny, palący, a później chłodzący.

Najlepsza mięta jest angielska; w ostatnich latach pojawiła się mięta kanadyjska, albo japońska bardzo bogata w mentol, ale w smaku niemiła.

Z b i e r a się miętę, póki łodygi są miękkie i soczyste, więc przed zakwitnięciem, i źle robi ten, kto się opóźnia ze zbiorem, przypuszczając, że na tym zyskuje. Zbierać, gdy ma 15 cm wysokości. Po zerznięciu mięty należy odebrać z niej wszystkie grubsze i twardsze łodygi, a liście i wierzchołki starannie wysuszyć w cieniu. Suchą już przechowywać w naczyniu zamkniętym, aby nie wietrzała.

Zawiera: świeże liście mięty zawierają około 0,3% olejku miętowego, suszone — do 1%. (Wartość olejku miętowego zależy od zawartości w nim krystalicznego mentolu, którego bywa w europejskich miętach od 20—40%, w japońskiej zaś — do 60%). Poza tym liście mięty pieprzowej zawierają garbnik i gorzknik wyciągowy.

Zastosowanie: jako środek rozgrzewający i kojący bóle, a także wiatropędny; liście mięty pieprzowej w naparze do picia używa się przy boleściach brzusznych i rozwolnieniach. Odwar z tychże liści używany jest niekiedy do klizm (lewatyw) w wypadkach wyżej wskazanych, a także do kąpieli aromatycznych.

Ziółka kąpielowe z miętą, do wanien aromatycznych:

A

	po 100 gram.
Mięty pieprzowej (albo innych mięt)	Fol. Menthae pip.
Tatarakowego kłębu	Rhiz. Calami
Macierzanki (ziela)	Hba Thymi serpylli
Melisy (liści)	Fol. Melissae
Rumianku (kwiatu)	Flor. Chamomillae

Wszystkiego w równych ilościach, użycie, jak w artykule 93.

Ziółka z miętą przy kurczach, boleściach i niedyspozycji:

B

Mięty pieprzowej (liści)	30,0	Fol. Menthae piper.
Melisy (liści) cytrynowej	10,0	„ Melissae limon.
Rumianku (kwiatu)	10,0	Fl. Chamomillae off.
Korzenia kozłka lekarsk.	10,0	Rad. Valerianae off.

Zmieszać, naparzać i pić oslodzone. Napar robi się z łyżki na szklankę wrzątku, pod nakryciem.

W ludowym lecznictwie odwar mięty używają przy wymiotach, kolkach, wzdęciach i przy zatrzymaniu odpływów miesięcznych.

Z mięty przygotowują jeszcze nalewkę, używaną przy rozwolnieniu i boleściach:

C

Liście mięty pieprzowej (ang. skrusz.)	35,0	Fol. Menthae (contus.)
Orzechów włoskich zielonych (pokr.)	25,0	Cort. Juglandis (concis.)
Liści melisy (skrajanych) cytrynowej	10,0	Fol. Melissae limon. „
Skórki pomarańczowej (skrajanej)	25,0	Cort. Aurantiorum „
Korzenia dzięglowego (przetłucz.)	15,0	Rad. Angelicae (contus.)
Mocnej wódki	500,0	Spiritus 45°

Nastawić na 8 dni, zlać, wycisnąć, przefiltrować i pić po kieliszku od likieru kilka razy dziennie. Można osłodzić.

Olejek miętowy działa 100 razy silniej od mięty. Tak zwane krople miętowe apteczne przygotowane są z olejku aptecznego i mocnego spirytusu, liście zaś miętowe grają w nich rolę tylko barwnika czyli farby.

Olejek miętowy posiada własności dezynfekcyjne i silnie rozgrzewające, a jeszcze bardziej spotęgowane otrzymywany z niego mentol, działający przy tym znieczulająco. Mentol przedstawia się w postaci białych, szklistych, igiełkowatych kryształków i ma szerokie, ciągle zwiększające się zastosowanie w medycynie, dlatego też jak najszersza uprawa mięty jest u nas bardzo pożądana, lecz połączona z wytwarzaniem olejku.

Mięty kędzierzawe. Mentha crispa i M. viridis crispata zawierają do 1% olejku eterycznego, ten jednak jest odmiennego zapachu, smaku i składu od olejku pieprzowej mięty, a przede wszystkim nie pozostawia wrażenia chłodu w ustach. W wielu wypadkach mięta kędzierzawa może zastępować miętę pieprzową, działanie bowiem posiada zbliżone.

97. **Menyanthes trifiolita L.** (Gentianeae) — *Bobrek trójlistny, Bobownik.* ♃

Błotna roślina gromadnie bytująca na różnych moczarach. w naszej florze bardzo pospolita.

Łodyga, ścieląca się na błocie, zielona, gąbczasta; liście jajowate, całobrzegie, potrójne, gładkie, podobne do bobu, osadzone na długich, u dołu czerwonych ogonkach. Kwiaty białoróżowe, zebrane w kłos, w maju i czerwcu. Smak liści bardzo gorzki. Zapachu nie posiada.

Zbierać liście od wiosny do połowy lipca i suszyć w cieniu. Kwiatów z liśćmi nie mieszać. Liście po wysuszeniu powinny zachować zielony kolor.

Zawiera: gorzki glukozyd „menyantynę” (pod działaniem rozcieńczonych kwasów rozpadającą się na olejek eteryczny i cukier).

Zastosowanie: w odwarze z łyżki na szklankę wody i po 2 filiżanki dziennie używane są liście bobrku na pobudzenie czynności organów trawienia. Kwiaty mają działanie to samo.

Bobrek trójlistny na pobudzenie trawienia powinno się właściwie używać w ziółkach, składających się:

Ziela tysiącznika	20,0	Hb. Centurii
„ piołunu	10,0	„ Absinthi
„ kardybenedykty	20,0	„ Cardui bened.
Skórek pomarańczowych	20,0	Cort. Aurantiorum
Anyżu przetłuczonego	10,0	Fr. Anisi (contus.)
Bobrka trójlistnego	10,0	Fol. Trifolii fibr.
Korzenia dzięglu	10,0	Rad. Angelicae

Zmieszać razem i używać w naparze z $^1/_2$ łyżki na filiżankę wrzątku, przed jedzeniem, dwa razy dziennie, (przy braku apetytu).

Można również taką kompozycję nastawić na winie i przyjmować po kieliszku.

98. **Nymphae alba L.** (Nymphaeaceae) — *Lilia wodna biała.* ♃

Ogólnie znana i lubiana roślina upiększająca i rozweselająca większe sadzawki, stawy i spokojnie płynące rzeczki, o leżących na powierzchni liściach i białych, pełnych kwiatach.

Kwiaty te posiadają zapach i pływają na wodzie od końca maja aż do końca lipca.

Kłącza i korzenie lilia wodna ma zanurzone w mule, tylko ta część, która wymaga powietrza i słońca stale pływa na powierzchni. Kwiaty wynurzają się z wody kiedy są już gotowe do rozwinięcia.

Do leczniczego użytku idą kwiaty i kłącza, właściwie sama łodyga podziemna, a w tym wypadku podwodna.

Kwiaty bardzo drobno pocięte zalecane są do mieszanek stosowanych przy chorobach nerwowych, zaś łodyga podziemna działa uspokajająco przy podnieceniach np. w tryprze. W tym wypadku najlepiej zadawać w proszku 1/2 herbacianej łyżeczki i popić naparem z główek chmielowych, samym albo z dodatkiem kamfory.

99. **Ocimum Basilicum** L. (Labiatae) — *Bazylia ogrodowa.* ⊙

Pochodzi z południ. Azji, trafia się także w południ. Europie, lecz w stanie zdziczałym. W naszym klimacie bazylię siać należy w inspekcie, podobnie jak np. majeranek, w początku marca i wysadzać w ciepłym miejscu na grzędy w maju. Uprawia się w rozmaitych odmianach.

Bazylia łodygę ma stojącą, gałęzistą, do 30 cm wysoką, liście podłużnie jajowate, spiczaste, zwężające się w długi ogonek, na obwódce tępo piłkowane. Kwiaty białe lub cieliste, zebrane w półkółkach, od czerwca do sierpnia. Smak ziela korzenno chłodzący, orzeźwiający i zapach za potarciem bardzo przyjemny.

Z b i e r a ć całe ziele kwitnące, zrzynając je nieco nad ziemią, odrzucić grube łodygi i wysuszyć starannie w cieniu. Przechowywać w zamknięciu.

Zawiera: w małej ilości, lecz silnego zapachu korzennego olejek eteryczny, który otrzymuje się przez destylację wodną. Olejek ten ma główne zastosowanie w perfumerii.

Zastosowanie: nasiona w naparze — jako środek przeciwgorączkowy; ziele — przy tryprze, osłabionym trawieniu i zaziębieniu pęcherza moczowego.

Przy zaziębieniu pęcherza moczowego:

Bazylii ogrodowej	30,0	Hb. Basilici
Pieprzu wodnego	30,0	„ Poligoni hydropip.
Liści brzozowych	40,0	Fol. Betulae
Mącznicy garbarskiej	20,0	„ Uvae Ursi
Dziurawca	20,0	Hb. Hyperici
Połonicznika	20,0	„ Herniariae glab.
Pomurnika	20,0	„ Parietariae off.

Zmieszać. Naparzać pod przykryciem z 2 łyżek na 3/4 litra i wypić na 3 — 4 razy w ciągu dnia.

100. **Ononis spinosa L.** (Papilionaceae) — *Wilżyna ciernista, Lisi ogon.*

Dosyć często spotykany u nas podkrzew ciernisty, zwykle wyrastający na ziemiach glinkowatych, zawierających w swym składzie wapno.

Rośnie krzaczasto, dochodząc do wysokości 40 cm. Liście dolne potrójne, górne pojedyncze, jak i łodygi pokryte lepkawymi włoskami. Kwiaty różowe, rzadziej białe. Zakończenia gałązek stanowią ciernie. Smak słodkawo-cierpki, ostry z posmakiem gorzkim; zapach nieprzyjemny.

Zbierać korzeń jesienią albo wcześnie na wiosnę, obmyć z ziemi, bardzo drobno skrajać i wysuszyć.

Zawiera: gorzką — ononinę, moczopędny — ononid.

Zastosowanie: korzeń wilżynowy stosowany jest w lecznictwie w ziółkach i odwarach jako środek napotny i moczopędny. Z pożytkiem może być stosowany przy piasku i kamieniach pęcherzowych, tryprze (rzeżączce), przeziębie-

niach pęcherza moczowego, przy zatrzymaniu i bolesnym oddawaniu uryny i, w pomieszaniu z innymi ziołami w odwarze, przy skrofułach i potrzebie oczyszczenia krwi. Odwar sporządza się z 20 gr na 3/4 litra wody i pije kilka razy dziennie po małej filiżance; naturalnie w mieszankach ziołowych wypadnie go stosować mniej. Niektórzy zamiast korzenia albo razem z nim, używają i ziele, tj. łodygi z liśćmi i kwiatami.

Podaję tu wzory na ziółka moczopędne:

A

Korzenia wilżyny	20,0	Rad. Ononidis
„ bzowego	20,0	„ Sambuci
„ brodawnika	20,0	„ Taraxaci
„ lukrecji	40,0	„ Glycyrrhizae
Ziela połonicznika	20,0	Hb. Herniariae
„ pomurnika	20,0	„ Parietariae
„ komosy meksyk.	20,0	„ Chenopodii Ambrosioides
Liści poziomki	20,0	Fol. Fragariae
„ porzeczki czarnej	20,0	„ Ribis nigri

Zmieszać.

B

Korzenia wilżyny	10,0	Rad. Ononidis
„ lubiśnika	10,0	„ Levistici
„ omanu wielkiego	10,0	„ Inulae Helenii
„ paprotki posp.	10,0	„ Polypodii vulg.
„ dzięglu	10,0	„ Angelicae
„ bzowego	10,0	„ Sambuci
Ziela szanty	10,0	Hb. Marrubii
„ majeranku	10,0	„ Majoranae
Skórek pomarańcz. suszonych	10,0	Cort. Aurantiorum

Zmieszać.

101. **Orchis militaris L.** (Orchideae) — *Storczyk wielkokwiatowy.* ♃

Ten gatunek, zwany u ludu kukawką albo kukaweczką oraz wszystkie inne bulwiaste storczyki naszych łąk dostarczają tzw. „salepu". Jedne z tych storczyków mają bulweczki

owalne, inne zaś podobne do wyrwanego trzonowego zęba, co na wartość salepu nie wpływa.

Na salep zbiera się tylko młode, tj. tegoroczne bulwki, wymywa z ziemi aż do czystej wody, parzy ukropem, nawleka na nitki i zawieszone wysusza.

Nasze storczykowate rośliny wydają drobne bulwki jeszcze więcej kurczące się przy suszeniu, a salep zbierany w Azji Mniejszej ma te bulwki kilka razy większe i dlatego więcej ceniony jest na rynku.

Zawiera: częścią składową, nas interesującą głównie — jest śluz (arabina i dekstryna około 50%).

Zastosowanie: głównie stosowany jest salep jako środek powlekający, np. przy otruciach truciznami, wywołującymi ostry rozstrój żołądka i kiszek. Daje się również przy biegunce dla dzieci i mocniejszy dla dorosłych, także przy nieżytach moczowodów. Z salepu robi się także enemy (lewatywy), gdy trzeba działać łagodząco na odbytnicę.

Aby salep można było przygotować na lekarstwo, należy go dobrze utłuc w rodzaju bardzo drobniutkiej kaszki, co jest bardzo trudno zrobić przyrządami domowymi ale sproszkowany dostać można w każdej aptece. Taki sproszkowany salep mąci się z trochą wody zimnej w butelce, uważając aby nie było klusek i dolewa gorącą wodą, mącąc bezustannie, aż do otrzymania gęstego płynu. Tak przygotowany bardzo gęsty płyn dolać można dobrym czerwonym winem albo odcedzonym sokiem z gotowanych czarnych jagód, osłodzić i dawać dzieciom po kieliszku od likieru, dorosłym zaś po pół filiżanki co kilka godzin (przy rozwolnieniu).

Salep uważać należy tylko za środek pomocniczy, łagodzący, przy innych lekarstwach (kobylak, srebrnik, wężownik, pięciornik, a dla dorosłych i opium).

102. **Origanum Majorana L.** (Labiatea) — *Majeranek*. ♃

W dzikim stanie rośnie majeranek w północnej Afryce i średniej Azji i w zdziczałym w płd. Europie, w umiarkowanej zaś, więcej hodowany jest jako ziele roczne, gdyż w zimie zwykle wymarza. (Pod przykryciem liśćmi zimuje u nas, przemieniając się wówczas na krzewek zawsze zielony).

W hodowli dorasta majeranek do 20 cm wysokości. Łodygę posiada czerwonawą, lekko omszoną, gałęzistą. Liście drobne, jajowate, całobrzegie, szaro omszone, pod spodem nerwiste, obustronnie usiane gruczołowatymi włoskami. Kwiaty drobne, białe, od lipca do sierpnia. Zapach całej rośliny korzenny, smak ostro gorzkawy.

Zbiera się pod koniec lata, uprzedzając nadejście przymrozków. Rośliny zerznąć, wysuszyć w cieniu w pęczkach, a gdy zupełnie wyschną, osmyknąć liście, łodygi zaś i gałązki odrzucić. Suche ziele przechowywać w naczyniu zamkniętym.

Zawiera: olejek lotny, działania kojącego i łagodzącego, cimol, karwatrol.

Zastosowanie: pomijając kuchnię, gdzie majeranek używany jest do przyprawy potraw, a szczególniej kiełbas, majeranek służy do przygotowania maści tzw. majerankowej, dla dzieci i dorosłych od kataru i sapki (na skruszone listki majeranku nakłada się smalcu wieprzowego, niesolonego, przetapia razem i zielono zabarwiony tłuszcz odcedza, wyciskając w gałganku, a gdy ostygnie, rozciera z dodatkiem olejku majerankowego). Maścią taką naciera się nos na noc. Poza tym majeranek wchodzi w skład ziółek do kąpieli aromatycznych. Dodawany majeranek do różnych mieszanek ziołowych, podnosi ich działanie, gdyż własności posiada łagodzące, moczopędne, działa korzystnie i pobudzająco na czynności wątroby, żołądka i kiszek. Znane jest również do-

datnie działanie majeranku przy katarach dróg oddechowych, chorobach macicy i nerek, zatem z powyższych względów zasługuje, aby o nim pamiętać przy kompozycjach ziółek przeciw różnym chorobom. Dla swych własności leczniczych, a jednocześnie jako przyprawa kuchenna, majeranek zasługuje na częste stosowanie w sporządzaniu potraw.

Dla osób niedomagających na nerki czy pęcherz, zalecam wzór do picia następujący:

Liści majeranku	25,0	Fol. Majoranae
„ pomurnika lekarsk.	25,0	„ Parietariae off.
Kory bzowej (albo korzenia)	30,0	Cort. vel. Rad. Sambuci
Ziela przytulii	30,0	Hb. Galii
„ nawłoci pospolitej	30,0	„ Solidago Virgae aur.
Liści ślazowych	10,0	Fol. Malvae silva

Zmieszać. Naparzać pod przykryciem z dwóch czub. łyżek na trzy szklanki i wypić na 3 — 4 razy w ciągu dnia.

103. **Origanum vulgare L.** (Labiatae) — *Lebiodka pospolita.* ♃

Wyrasta u nas w dzikim stanie po zaroślach, na wzgórkach słonecznych, po miedzach itd., na ziemi urodzajnej, należąc do ziół, spotykanych w swojskiej florze dosyć rzadko.

Ziele, dorastające 30—35 cm wysokości. Łodygi stojące, gałęziste, czerwonawe, czterokątne, lekko owłosione, z rozgałęzieniami naprzeciwległymi. Liście wydłużonojajowate, kończyste, na obwodzie nieznacznie wcinane, zielone, od spodu jaśniejsze, miękko owłosione. Kwiaty drobne, bladoróżowe, w lipcu i sierpniu. Zapach silny, przyjemnie aromatyczny; smak lekko ściągający, gorzkawy.

Zbierać w czasie kwitnienia. Zerznięte ziele oczyścić z łodyg i wysuszyć w cienistym miejscu. Przechowywać w naczyniach zamkniętych.

Zastosowanie: wchodzi w skład kompozycji do aromatycznych kąpieli, ziółek na pobudzenie czynności organów

trawienia; olejek przeciw spazmom, kurczom i zewnętrznie od bólu zębów oraz do różnych smarowań jako środek kojący ból. Ziele lebiodki, w naparze do picia i mieszane z innymi roślinami, stosowane jest w leczeniu ludowym przy różnych niedomaganiach w ciąży i cierpieniach macicy, a także w celu pobudzenia menstruacji.

104. **Papaver Rhoeas L.** (Papaveracae) — *Mak polny.* ⊙

Mak polny albo zajęczy rośnie między zbożem, głównie w pszenicy, stanowiąc z bławatkiem owo przepiękne tło naszych złocistych łanów. W rolnictwie uważa się za chwast wcale niepożądany, podobnie jak i chaber i wspólnie tępiony. Jednakże opłaca się celowa hodowla maku polnego — jako rośliny lekarskiej, zbiór bowiem kwiatu między zbożem nie może obejść się bez niszczenia i plątania tegoż.

Zbiera się płatki kwiatowe zaraz po rozkwitnięciu, gdyż w kilka godzin już opadają. Suszyć je trzeba szybko, przy rozpościeraniu bardzo cienkim, aby nie uległy spleśnieniu. Po wysuszeniu przybierają kolor ciemno-fioletowy.

Zawiera mak polny w płatkach: barwnik czerwony (przy suszeniu przechodzący w fioletowy), kwas readynowy i prawie nierozpuszczalny w wodzie, o podniecających własnościach, alkaloid — readynę. Ponieważ przy zbiorze płatków bardzo często zrywane są i makóweczki, przeto kwiat maku polnego nabiera własności narkotycznych od zawartego w nich opium.

Zastosowanie: płatki maku polnego służą do przygotowania oficjalnych ziółek piersiowych, zwanych pektoralnymi, a ponieważ zawierają śluz i posiadają własności powlekające i kojące, mogą tedy wchodzić w skład różnych mieszanek ziołowych, stosowanych przy katarach dróg oddechowych. (Mak ogrodowy, patrz artykuł 12).

105. Parietaria officinalis (Utricacea) — *Pomurnik lekarski.* ♃

Wieloletnie ziele, wyrastające po starych murach, zwaliskach i na gruzach.

Łodygę posiada prostą, omszoną, niezbyt rozgałęzioną, dorastającą do 30 cm. Liście ogonkowe, naprzemianległe, całobrzegie, wąsko-jajowate, z obydwóch stron zwężające się i ostro zakończone, od spodu bledsze i nerwem trójdzielnym oznaczone, przy tym szczeciniastymi włoskami okryte. Kwiatki drobne, zielonawe, w kupki liczne zebrane, osadzone w kątach liści. Ziarnko jedno, kształtu jajowatego, czarne, kielichem okryte. Kwitnie lipiec i do jesieni.

Ziele pomurnika zawiera bardzo dużo saletry i posiada własności silnie moczopędne, dla tego też w ziółkach mających pędzić urynę, pomurnik nie powinien być pomijany.

Dobry wzór na takie ziółka przedstawia poniższy komplet:

A

Ziela pomurnika	50,0	Hb. Parietariae off.
„ nawłoci pospolitej	50,0	„ Solidago Virgae aureae
„ mięty pieprzowej ang.	25,0	„ Menthae pip.
„ marzanki wonnej	25,0	„ Asperulae odor.
„ dziurawca	80,0	„ Hyperici
Kwiatu bławatka (wyskuban.)	50,0	Flor. Cyani
Korzenia bzowiny	50,0	Rad. Sambuci
„ wilżyny ciernistej	40,0	„ Ononidis spin.
Pączków brzozowych	30,0	Gemmae Betulae

Zmieszać razem. Dwie łyżki stołowe naparzyć pół litrem wrzątku, nakryć i pozostawić na godzinę. Wypić letnie w ciągu dnia w 3 porcjach.

Pomurnik może być stosowany również w kompozycji ziółek przy artretyzmie i reumatyzmie — jak niżej:

B

Kory wierzb. (drobno krajanej)	50,0	Cort. Salicis (concis.)
Strączyn fasoli (drobno skrajan.)	50,0	Folliculi Phaseoli (concis.)
Kwiatu chabrowego (wyskub.)	25,0	Flor. Cyani
„ królowej łąk	50,0	„ Spiraeae Ulmariae
Rozłogów perzu	50,0	Rhiz. Graminis

Korzenia bzowego	50,0	Rad. Sambuci
„ lukrecjowego	25,0	„ Glycyrrhizae
Ziela pomurnika	50,0	Hb. Parietariae
Anyżu (przetłuczonego)	50,0	Fr. Anisi (contus.)

Zmieszać razem. Trzy łyżki nalać trzema szklankami gorącej wody, nakryć i pozostawić w ciepłym stanie przez 6—8 godzin. Wypić płyn odcedzony w 3 porcjach w ciągu dnia.

106. **Passiflora incarnata L.** — *Męczennica.* ♃

Roślina wieloletnia pochodząca z południowej Ameryki, gdzie zarasta miejsca wśród innych ziół, których może się czepiać spiralnie skręconymi wąsami i dochodzić do kilkumetrowej wysokości.

Nazwa polska rośliny powstała z budowy kwiatu, na który składają się wszystkie narzędzia męki Pańskiej.

Do lekarskiego użytku zbiera się łodygę kwitnącą, zrzynając ją na 10 cm nad ziemią. Rozkładać do suszenia należy bardzo cienko w miejscu ocienionym i pilnować aby równo wysychała i nie ulegała gniciu. Po wysuszeniu zostaje drobno i równo skrajana. Przechowywać w miejscu zamkniętym i suchym.

Dotąd męczennicę sprowadzaliśmy z za morza, lecz obecnie wzięto się u nas do uprawy i próby wypadły zadawalająco, są więc widoki, że wkrótce będziemy mieć krajową.

Używa się w mieszankach ziołowych jako środek działający na nerwy. Oto niżej wzór:

Ziela męczennicy	30,0	Hb. Passiflorae
Kwiatu głogu zajęczego	20,0	Flor. Crataegi oxyac.
„ lawendy	20,0	„ Levandulae
„ róży franc.	5,0	„ Rosae gal.
Skrzypu polnego	15,0	Hb. Equiseti arv.

Zmieszać. Naparzać pod nakryciem łyżkę na szklankę i wypić na dwa razy.

107. **Petasites officinalis L.** (Compositae) — *Lepiężnik, Podbiał wielki.* ♃

Rośnie w dzikim stanie w miejscach wilgotnych nad brzegami stawów, rzek, strumieni i na łąkach, gdzie woda wylewa i osadza żyzną madę[1]).

Korzenie posiada silnie rozrośnięte, mięsiste; liście korzeniowe wielkie, nerkowate, kończyste żylaste, białe, miękko owłosione ze spodniej strony i gładkie, zielone z górnej, ukazujące się dopiero po okwitnięciu. Kwiatogłówki purpurowe na mięsistym głąbiku w długie grono zebrane. Kwitnie bardzo wcześnie na wiosnę, często już w marcu.

Zbierać liście, odrzucając ogonki, i suszyć starannie, aby nie zczerniały.

Zawiera w liściach: głównie śluz, gorzknik i substancje żywiczne.

Zastosowanie: korzenie wysuszone stosowane są w lecznictwie ludowym, przy padaczce, liście zaś w tych wypadkach, w których używany jest podbiał — Tussilago Farfara.

108. **Phaseolus vulgaris L.** (Papilionaceae) — *Fasola zwyczajna.* ⊙

Ojczyzną tej ogrodowej rośliny mają być Indie Wschodnie, lecz ta, jak również karłowa jej utrwalona odmiana (Phaseolus nanus L.), zwana piechotą, oddawna hodowane są na pokarm w bardzo licznych odmianach.

Jak widzimy, na fasolę nie rzucają się żadne owady, jak również cała masa zwierząt trawożernych rośliny tej nie jada; to już samo nasuwa myśl, że fasola zawierać musi coś, co te owady i zwierzęta odstręcza. Jak dotąd nikt nie zajął się jeszcze rozbiorem chemicznym tej pokarmowej rośliny,

---

[1]) Szlam.

z wyjątkiem samego ziarna, które badano tylko pod względem pożywnej wartości.

W ostatnich czasach zwrócono uwagę na fasolę jako na roślinę leczniczą, głównie na łupinę strąkową, jako na lek przeciw gośćcowi, tj. reumatyzmowi. Łupiny strąkowe fasoli posiadają własności przeciwreumatyczne i, jako takie, zyskują sobie zagranicą coraz większe uznanie.

Przy reumatyzmie przyjmuje się odwar, odgotowany z łupin fasoli sam, ale lepiej gdy do tych łupin dodawane są inne zioła, działające w tym samym kierunku.

Podaję tu wzory przyjmowania łupin fasolowych przy reumatyzmie:

A

Pokrajan. suchych łupin fasoli	15,0	Folliculi Phaseoli (concis.)

Nalać litrem wody i gotować pod przykryciem przez pół godziny, wsypać w gorący odwar 15 g kwiatu królowej łąk (Spiraea ulmaria), nakryć, pozostawić do ostygnięcia, przecedzić i wypić w ciągu 2 dni, po 3 razy dziennie, samo lub słodząc i dolewając mlekiem.

B

Suchych łupin fasoli (dr. skraj.)	100,0	Folliculi Phaseoli (concis.)
Liści brzozowych zbieranych w maju (krajanych)	20,0	Fol. Betulae „
Liści borówkowych „	10,0	„ Vitis Idaei „
Kory z korzeni bzu czarnego (pokrajanej)	20,0	Cort. Radicis Sambuci nigri (concis.)
Perzu (drobno skrajanego)	100,0	Rhiz. Graminis „

Razem zmieszać i, biorąc 3 łyżki stołowe, ugotować z nich pół litra odwaru i w trzech porcjach wypić w ciągu dnia.

C

Suchych łupin fasoli (drobno skraj.)	100,0	Folliculi Phaseoli (concis.)
Drobnych korzonków bzu czarn.	30,0	Rad. Sambuci nigri
Kwiatu królowej łąk	50,0	Fl. Spiraeae Ulm.
Liści królowej łąk	50,0	Fol. „ „
Kory wierzbowej (młodej)	30,0	Cort. Salicis
Korzenia biedrzeńca pospolit.	10,0	Rad. Pimpinellae
Liści poziomki leśnej	50,0	Fol. Fragariae

Wszystko drobno skrajane zmieszać razem. 3 łyżki naparzać na 3 szklanki i wypić w 6 porcjach w ciągu 2 dni. Można słodzić.

D

Strączyn fasoli (drobno skrajan.)	55,0	Folliculi Phaseoli (concis.)
Rozłogów turzycy piaskowej	20,0	Rhiz. Caricis aren.
Pączków brzozowych	15,0	Gemmae Betulae
Kwiatu i ziela królowej łąk	40,0	Fl. Hb. Spiraeae Ulm.
Ziela hyzopu	25,0	Hb. Hyssopi
Rdestu ptasiego	30,0	„ Polygoni avic.
Kory wierzby czarnej (młodej)	25,0	Cort. Salicis nigri

Wszystko drobno pokrajane zmieszać razem. Użycie i przygotowanie jak wyżej

E

Ziela nawłoci pospolitej	25,0	Hb. Virgae aureae
Korzenia łopianu wielkiego	15,0	Rad. Bardanae
Strączyn fasoli	50,0	Folliculi Phaseoli
Kwiatu królowej łąk	40,0	Fl. Spiraeae Ulmariae
Korzenia bzowego	25,0	Rad. Sambuci
Skrzypu polnego	10,0	Hb. Equiseti arv.
Ziela dziurawca	20,0	„ Hyperici
Liści borówkowych	15,0	Fol. Vitis Idaei

Wszystko drobno pokrajane zmieszać razem. Użycie i przygotowanie, jak wyżej.

Odwar strączyn fasoli używany jest przy cukrzycy (cukrowa choroba) a także wchodzi w skład ziółek przy cierpieniach nerkowych i wodnej puchlinie.

F Przy cukrzycy.

Liści borówki	20,0	Fol. Vitis Idaei
„ poziomki leśnej	20,0	„ Fragariae silv.
Strączyn fasoli	30,0	Folliculi Phaseoli
Kwiatu cierniowego	15,0	Fl Pruni spinosi
Ziela dziurawca	20,0	Hb. Hyperici
Kwiatu jasnoty białej	15,0	Fl. Lamii albi

Wszystko drobno skrajane zmieszać. Trzy łyżki stołowe naparzyć w $^3/_4$ litra gorącej wody i wypić w 3 porcjach w ciągu dnia

109. **Pimpinella Anisum L.** (Umbelliferae) — *Anyż, Anyżek.* ⊙

Ziele jednoletnie, mające pierwotnie pochodzić z Azji Mniejszej, lecz już od niepamiętnych czasów uprawiane w cieplejszym pasie Europy środkowej i na południu.

Dorasta mniej więcej do 30 cm wysokości, łodygę ma prawie gładką, nieznacznie brózdowaną, u góry rozgałęzioną. Liście ogonkowe, dolne okrągłonerkowate, na obwodzie strzępiaste i górne pierzaste, z działkami coraz węższymi, bo przechodzącymi wreszcie niemal w linijne. Kwiatki drobne, białe, zebrane w baldaszki, w lipcu i sierpniu. Owoc — dwojaczki, zrośnięte w postaci ziarnka jajowatostożkowatego szarozielonej barwy. Smak nasion słodkopalący, zapach przyjemny, korzenny.

Zbiera się do lekarskiego i przemysłowego użytku nasiona, zrzynając roślinę na ich dojrzewaniu, dosuszając i omłócając. Nasiona muszą być doskonale wysuszone, aby później nie przytęchły.) Przechowuje się w workach, zawieszonych w suchym i przewiewnym miejscu.

Przy zbiorze anyżu trzeba uważać, aby w ziarno nie dostały się przypadkiem podobne nasiona innych baldaszkowych roślin, a szczególniej blekotu — Aethusa Cynapium, nadzwyczaj jadowite.

Zawierają owoce anyżu: cukier, gumę, tłuszcz, ciała białkowate, kwas jabłkowy, będźwianowy i olejek eteryczny, stygnący na podobiznę lodu już przy + 10° C, w ilości około 3%. Olejek ten, mający zastosowanie tak w lecznictwie, jak również w przemyśle, głównie wódczanym, odpędza się z owoców (nasion) przy pomocy wody lub pary. (Pozostałe po odpędzeniu olejku ziarno stanowi bardzo pożywną i smaczną paszę dla krów dojnych, dawaną nie więcej jak po kilogramie dziennie na sztukę i znakomicie podnoszącą wydajność mleka).

Zastosowanie: owoce anyżu, jak również olejek eteryczny z nich odpędzony, stosowane są w lecznictwie jako środki, ułatwiające odrzucanie flegmy (zatem przy katarach dróg oddechowych) jako pobudzające działalność kiszek

i wiatropędne. Napar przetłuczonego anyżu, z 15,0 na ½ litra wody, używany bywa przeciw wzdęciom kolkowym i na pobudzenie wydajności pokarmu (najlepiej w pomieszaniu z karolkiem albo kminkiem), biorąc po połowie. Przetłuczony miałko anyżek, w pomieszaniu z miodem i zjedzony na noc, chwalą niektórzy przeciw bezsenności. Przy chorobach dróg oddechowych anyż daje się zwykle w pomieszaniu z ziołami w tym kierunku działającymi.

110. **Pimpinella Saxifraga L.** (Umbelliferae) — *Biedrzeniec, Rozpikamień.* ♃

Niemal w całej Europie roślina rozpowszechniona: między krzakami, po miedzach i trawiastych wzgórkach.

Posiada mięsisty korzeń, często wielogłowy, do 1½ cm średnicy i często do 20 cm długi, mniej lub więcej rozgałęziony, brudnożółtawy. Łodyga stojąca, do 50 cm wysoka. Liście nieparzysto-pierzaste, lekko omszone lub nagie; listki okrągło - jajowate, na obwodzie ząbkowane. Kwiatki drobne, białe, w baldaszki zebrane od lipca do końca sierpnia. Owoc podobny do anyżu. Smak korzenia słodkawoaromatyczny, ostry, palący, zapach właściwy, przypominający odór kozła.

Zbierać korzeń jesienią albo wcześnie na wiosnę, o ile da się już roślina rozpoznać z liści, wymyć dobrze i ususzyć.

Zawiera: żywicę, olejek eteryczny, garbnik, kwas będźwianowy i pimpinelinę.

Zastosowanie: w postaci odwaru albo nalewki używany jest korzeń biedrzeńca przy długotrwałych katarach dróg oddechowycm, jako środek ułatwiający oddychanie i odrzucanie flegmy. W lecznictwie ludowym często używany bywa na pobudzenie miesiączkowania, przeciw dychawicy flegmistej itd.

Przy atakach sercowych korzeń biedrzeńca używany jest w proszku, zmieszany z miałkiem cukrem i dawany po pół łyżeczki na raz.

A

Korzenie biedrzeńca	10,0	Rad. Pimpinellae saxifr.
Liści serdecznika	10,0	Fol. Leonuri Card.
Anyżu zwycz. w proszku	10,0	Sem. Anisi pulv.
Pudru cukrowego	10,0	Sach. alb. pulv.

Zmieszać i dobrze zakorkować. Wyszczególnione artykuły sproszkowane: na raz pół łyżeczki od herbaty.

W ten sposób przygotowany usuwa różne dolegliwości sercowe.

Przy długotrwałych dolegliwościach serca może być używany w postaci ziółek, w pomieszaniu z serdecznikiem, melisą cytryn, i korzeniem kozłka lekarskiego (waleriany), w kompozycji następującej:

B

Korzenia biedrzeńca	40,0	Rad. Pimpinellae saxifr.
Ziela serdecznika	20,0	Hb. Leonuri Cardiac.
Korzenia kozłka lekarskiego	20,0	Rad. Valerianae
Liści melisy cytrynowej	20,0	Fol. Melissae off.

Wszystko bardzo drobno skrajane i zmieszane, naparzać łyżkę stołową na szklankę wody pod przykryciem i wypić w 3 razach w ciągu dnia.

Ziele biedrzeńca, zawarte w sianie, zwiększa wydajność mleka u krów dojnych, przeto pożądane jest podsiewanie tą rośliną łąk i pastwisk.

111. **Plantago lanceolata L.** (Plantagineae) — *Babka wąskolistna.* ♃

Pospolita roślina przy drogach, po miedzach, paśnikach, rowach i odłogach całej Europy.

Liście wydłużone, lancetowate, równolegle nerwiste, tępo piłkowane, gładkie, rozetowato z korzenia wychodzące. Łodygi brak zupełny, głąbiki zaś kwiatowe wychodzące wprost z korzenia i na wierzchołkach ich osadzone są kwiatki drobne,

obupłciowe z maleńkimi przykwiatkami w formie zwartego krótkiego kłosa. Korony brunatnawe. Pylniki długie, mocno wystające, żółtawe. Smak liści gorzkawo - słonawy. Zapachu nie ma. Kwitnie od maja do września.

Zbierać liście i suszyć w cieniu. Powinno się zbierać je po obmyciu deszczem i obeschnięciu, pokryte bowiem bywają grubo kurzem.

Zawiera: garbnik, gorzknik wyciągowy, śluz, sole mineralne.

Zastosowanie: sok, wyciśnięty ze świeżych liści, bywa używany jako środek przeciwfebryczny. W stanie suchym, jako odwar przygotowany z 15,0—20,0 na litr wody i osłodzeniu używana jest babka do picia przy katarach dróg oddechowych, zaflegmieniu płuc i trudnym odrzucaniu flegmy, przy katarze pęcherza i narządów trawienia.

112. **Polygonum amphibium L** (Polygonaceae) — *Rdest ziemnowodny.* ♃

Gatunek ten posiada właściwie dwie odmiany: wodną i lądową, o zastosowaniu jednak leczniczym wiem tylko o ostatniej, tj. lądowej i tę opisuję.

Łodyga podziemna silnie rozwinięta perzowata, głęboko i mocno w ziemi siedząca, na zgrubieniach czerwona. Nadziemna łodyga stojąca, okrągła, gładka. Liście jajowatolancetowate, krótkoogonkowe, spiczaste, na brzegach nieco rzęsowate. Kłosy kwiatowe walcowate, ściśnięte, wierzchołkowe, z czerwonawych kwiatków złożone. Pręcików 5 krótszych od kielicha. Nasiona brunatne, sztylecikiem dosyć długim zakończone.

Kwitnie w lipcu i sierpniu.

Skład dotąd niezbadany, wiadomo mi jednak, że zawiera sporo garbnika.

W ludowym lecznictwie podziemne łodygi tego rdestu używane są przy osłabieniu pęcherza, np. przy stałym, tj. ciągłym sączeniu się uryny, odchodzącej bez czucia.

Wiem o dwóch faktach zupełnego i szybkiego wyleczenia się odwarem korzenia tego rdestu, jeden po dwuletnim, drugi — trzyletnim trwaniu choroby, gdy staranne leczenie się nic nie pomagało (Skorupska w Skępem i Kamińska w Warszawie).

Wzór na odwar:

Rdestu ziemno-wodnego	30,0	Rad. Polygoni amph.
Liści malwy czarnej	10,0	Fol. Malvae arbor.

Zmieszać.

Wykopane łodygi podziemne powinny być starannie wymyte, pokrajane b. drobno i wysuszone. Odwar robi się z 3 łyżek stołowych na 2 szklanki i wypija na 3—4 razy w ciągu dnia.

113. **Polygonum aviculare L.** (Polygonaceae) — *Rdest ptasi.* ☉

Powszechnie u ludu ten gatunek rdestu zwany jest „świńską trawą”, świnie bowiem jedzą go bardzo chciwie, szczególniej, gdy rośnie zwarto do góry i ma łodygi soczyste.

Jest to roślina tak pospolita, że z wyjątkiem bagien, torfowisk i lotnych piasków, wyrasta wszędzie, po miedzach, ugorach, przy drogach, nawet między brukiem miejskim, tak że trzeba ją z pomiędzy kamieni wyskubywać.

Zależnie od tego, w jakich warunkach bytuje rdest ptasi, wygląd jego się zmienia, w ziemi bowiem uprawnej i dostatecznie wilgotnej ma łodygi podnoszące się, a w zwarciu nawet stojące, podczas gdy na drogach i dróżkach, gdzie po nim depcą i jeżdżą — rozesłane i przylgłe do ziemi. Łodyga ta jest kolankowata, zielona lub czerwona, szczególniej na

węzłach i przy rozesłaniu, wychodząca licznie i rozetowato z korzenia. Liście drobne, szeroko lancetowate, omszone. Kwiatki drobne, różowawe, po kilka w kątach liści skupione. Przysadki błonkowate, najczęściej białe, kolanka obchwytujące. Nasionka trójgraniaste, brunatne, przez drobne ptaszki i myszy zjadane. Kwitnie przez całe lato. Smak ściągający, ostrawy.

Zbierać, zrzynając łodygi nad samą ziemią w ciągu czerwca i lipca. Suszyć w miejscu cienistym. W przechowaniu chronić od myszy.

Zastosowanie: rdest ptasi dotąd niema zastosowania w medycynie, gdy w lecznictwie ludowym, w pewnych okolicach, cieszy się szerokim uznaniem. O roślinie tej już wspominałem, opisując fakt wyleczenia nią kamienia nerkowego, a stąd widać, że przypisywanie jej własności rozpuszczania różnych związków mineralnych, nagromadzających się w organiźmie, ma swoją podstawę.

Odwar przygotowany z łyżki stołowej na szklankę wody i pity kilka razy dziennie, używają przy kamieniach pęcherza, nerek, wątroby, przy kataralnym zapaleniu narządów moczo-płciowych i owrzodzeniu kiszek.

Naturalnie rdest ptasi będzie działać silniej, gdy go się używa w pomieszaniu z innymi ziołami, dobranymi stosownie do potrzeby.

Gdy będziemy stosowali rdest ptasi tylko jako herbatkę, pijaną codziennie, dla zabezpieczenia się od nieprawidłowości, które mogą zajść w funkcjonowaniu różnych narządów naszego organizmu, wówczas ziele to możemy pijać samo, a lepiej z dziurawcem, jakimś dodatkiem, używanym do nadania napojowi pewnego smaku, np.: pysznoty, liście wiśniowe itp. — Robi się herbatkę z łyżki stołowej na $^{3}/_{4}$ szklanki wody i pije 2 razy dziennie po jedzeniu.

114. **Polygonum Bistorta L.** (Polygonaceae) — *Rdest wężownik.* ♃

Roślina błotna, pospolita w całej Europie, zachodniej Azji i Północnej Ameryce, w miejscach nie wysychających latem, lecz nie kwaśnych.

Posiada korzeniak grubości palca, wężowato pogięty, brunatny, wewnątrz cielisto-czerwonawy, zdrewniały. Łodyga od 30—60 cm wysoka, stojąca, węzłowata, naga. Liście podłużne - lancetowate, całobrzegie, ciemnozielone, z pazuchowatymi przylistkami. Kwiatki drobne, różowe, pachnące, zebrane w zwarty kłosowaty kwiatostan, na wierzchołkach łodyg. Kwitnie w czerwcu i lipcu.

Zbiera się do lekarskiego użytku korzeniak albo łodygę podziemną, dobrze wymywa z błota, oczyszcza z drobnych korzeni i suszy w miejscu przewiewnym. Smak mocno cierpki, ściągający, zapach przyjemny, zaledwie dostrzegalny.

Zawiera: głównie garbnik (około 15%), i kwas galasowy.

Zastosowanie: łodyga podziemna w odwarze używana jest wewnętrznie, jako środek silnie ściągający, i zewnętrznie do przemywań, szprycowań, irygacji i lewatyw. Zwykle odwar sporządza się z 15,0 na litr wody, przyjmując kilka razy dziennie po filiżance przy rozwolnieniu i dyzenterii. Odwar z 20 g na 1 litr używany jest do irygacji albo szprycowań przy upławach, a także do płukania przy zapaleniu i dla przemywania ropiejących ran.

Przy panującej dyzenterii (krwawej biegunce) bardzo często leczy się lud następującą mieszanką:

A

Korzeń wężownika (przetłuczony)	20,0	Rad. Bistortae (contus.)
Ziele srebrnika (drobno skrajane)	20,0	Hb. Potentillae (concis.)

Zmieszane w równych częściach. Odwar przygotowany mniej więcej z 1—3 łyżek na 1 litr. Dorośli piją po pół szklanki, dzieci zaś proporcjonalnie mniej, od 4—6 razy dziennie.

W innych okolicach spotykałem się z taką kompozycją:

B

Korzenia wężownika	10,0	Rad. Bistortae
„ pięciornika	10,0	„ Tormentillae
„ kobylaka	10,0	„ Rumicis acuti
Ziela srebrnika	10,0	Hb. Potentillae
Czarnych jagód	10,0	Fr. Myrtyllorum

Wszystko wysuszone, korzenie potłuczone, a ziela drobno skrajane i razem zmieszane. Przygotowanie i użycie jak wyżej (przy dyzenterii).

115. **Polygonum hydropiper L.** (Polygonaceae) — *Pieprz wodny.* ☉

Wyrasta wszędzie po rowach mokrych, nad brzegami sadzawek, stawów i błotnistych rzeczek.

Ziele o łodydze stojącej lub podnoszącej się, do 40 cm wysokiej, kolankowatej, zielonej, na węzłach czerwono-brudnej. Liście lancetowate, zielone, często czerwonawe, gładkie. Kwiaty drobne, cieliste, w kłosie rzadko i nierówno ułożone, koniec zaś kłosa bądź pusty, jakby oskubany, bądź urwany i przyschnięty. Kwitnie przez całe lato. Smak palącogorzkawy, ostry. Zapachu nie posiada.

Zbierać ziele od rozpoczęcia kwitnienia do sierpnia i wysuszać w cieniu. Pieprz wodny, gdy przemarznie traci na własnościach, więc zbioru nie przewlekać.

Składniki dotąd nie zostały jeszcze ściślej zbadane, gdyż roślina dopiero podczas wojny światowej zwróciła na siebie uwagę.

Zastosowanie: pieprz wodny posiada własność tamowania krwotoków wewnętrznych, szczególniej macicznych, a więc działania podobne do sporyszu i gorzknika kanadyjskiego. Środek ten zaczerpnięty został z lecznictwa ludowego w Rosji, gdy ta podczas światowej wojny odcięta była od świata i gorzknika zabrakło.

Przy krwotokach pieprz wodny daje się w postaci wyciągu płynnego, po 30—40 kropel co 2 godziny i najlepiej z płynem kwaśnym albo też w odwarze z 15,0 (garstka) na ½ litra wody, dodając cytryny albo soku berberysowego, po ¼ szklanki co 2 godziny i na zimno.

Pieprz wodny lepiej działa, gdy przyjmować go w połączeniu z tasznikiem (patrz artykuł — Capsella Bursa pastoris). Roślinę tę stosuje się również, przy zlewaniu się nocnym, tj. oddawaniu uryny podczas snu (patrz artykuł — Humulus Lupulus). Nie należy mieszać go z innymi gatunkami błotnych rdestów, co często się zdarza.

116. **Potentilla anserina L.** (Rosaceae) — *Srebrnik, Gęsiówka.* ♃

Jedna z najpospolitszych roślin naszej flory, napotykana wszędzie w miejscach wilgotnych, przy drogach, po rowach, na miedzach, ugorach, nad brzegami lasów itd.

Łodygę ma leżącą, zieloną, często czerwonawą, zakorzeniającą się. Liście nieparzysto-pierzaste, złożone z 9—25 łatek, na obwodzie piłkowanych i spodem srebrzystobiałych. Na gliniastym gruncie obustronnie srebrzyste. Kwiaty 5 płatkowe o koronie żółtej. Kwitnie od maja do sierpnia. Smak ziela ściągający, cierpki.

Zbiera się całą roślinę zerżniętą w czasie kwitnienia i suszy w cieniu, rozpościerając bardzo cienko.

Zastosowanie: w odwarze, robionym z 15,0 gr (= garść) na litr wody, pije się po kilka filiżanek dziennie przy rozwolnieniu i w chorobach wątroby. Przy białych upławach odwar srebrnika z takimiż ilościami korzenia kobylaka, omanu i szałwii daje bardzo dobre wyniki, gdy stosowany jest rano i na noc jako wlewki (garść na irygator). Przy dyzenterii lud w wielu okolicach leczy się srebrnikiem, łącząc go z wężownikiem i kobylakiem.

117. **Populus nigra L.** (Salicaceae) — *Topola czarna.* ♄

Drzewo do 25 mtr. wysokie, rozpowszechnione w całej, z wyjątkiem połudn. Europie, w Azji i Ameryce. Liście niemal trójkątne. Kwitnie w kwietniu.

Pączki topoli głównie balsamicznej zbierane są w czasie kwitnienia i przerabiane na ekstrakt pięknego zapachu, a drzewo służy do przygotowania węgla.

W aptekach znajdują się: pączki liściowe, węgiel i pastylki Belloc i węglowe.

W ziołolecznictwie mogą mieć znaczenie pączki i ekstrakt.

118. **Potentilla Tormentilla L.** (Rosaceae) — *Pięciornik. Kurze ziele. Drzemianka.* ♃

Z wyjątkiem południa ziele pospolite w całej środkowej Europie i posuwające się dosyć daleko na północ. Rośnie często nawet gromadnie po łąkach, paśnikach, wśród zarośli i na brzegach lasów, trzymając się więcej miejscowości wilgotnych, niż suchych.

Posiada korzeniak prawie poziomo leżący, węzłowaty, wielogłowy, brunatny, wewnątrz czerwonawy. Łodygi stojące albo podnoszące się, u góry rozgałęzione. Liście łodygowe, siedzące, pięciodzielne, z silnymi przylistkami, przyziemne, ogonkowe 3 — 5 dzielne. Kwiaty żółte, czteropłatkowe w czerwcu i lipcu. Smak cierpki, ściągający.

Zbierać korzeniak w jesieni albo na wiosnę, oczyścić z drobnych korzonków, wymyć i ususzyć. Suszyć można tak w cieniu, jak i na słońcu.

Zastosowanie: z powodu znacznej zawartości garbnika korzeń pięciornika używa się w odwarze do płukania, szprycowania, okładów i w subtelnym proszku do posypywań. Wewnętrznie zwykle przyjmowany jest odwar z 10,0—15,0 przetłuczonego korzenia na litr wody, przy biegunce, dy-

zenterii, krwawej urynie itd. Często, zamiast odwaru, przygotowują korzeń pięciornikowy na winie, 25,0 na butelkę wina i po dziesięciu dniach zlewają, przyjmując po małym kieliszku 3—4 godzin. W jakie mieszanki ziołowe wchodzi, znajdzie czytelnik w innych artykułach.

Przy długotrwałym rozwolnieniu i dyzenterii częstokroć znakomite usługi oddaje następująca mieszanka:

Łupin zielonych orzecha włoskiego ususzonych i przetłuczonych	20,0	Cort. fr. Juglandis (contus.)
Korzenia pięciornika grubo przetłuczonego	20,0	Rad. Tormentillae
Jagód czarnych suszonych	40,0	Fr. Myrtyllorum
Skórki pomarańczowej susz.	10,0	Cort. Aurantiorum
Korzenia dzięgla	10,0	Rad. Angelicae

Z czterech czubatych łyżek stołowych zaparzyć litr, osłodzić i pić 4—6 razy dziennie po filiżance od czarnej kawy.

119. **Polypodium vulgare L.** (Filices-Polypodiaceae) — *Paprotka pospolita albo słodka.* ♃

Wbrew swej gatunkowej nazwie, pospolitą bynajmniej nie jest, gdyż rośnie tylko w górzystych lasach na kamiennym podłożu, częstokroć okrywając swym gęstym, jakby filcowym ukorzenieniem całe odłamy skał w cienistych borach. U nas rośnie w lasach gór Świętokrzyskich, w lubelskim na wysokich brzegach nad Wisłą i nad rzeką Pilicą.

Paprotka ma łodygę podziemną ścielącą się, mocno rozgałęzioną i całą masę włóknistych korzeni, splatających się wzajemnie w rodzaju kożucha. Łodygi te są najrozmaiciej pokręcone, ciemnobrunatne, wewnątrz zielone, średnicy 2 — 3 mm, z których bezpośrednio wychodzą listowia, w ogólnym zarysie szerokolancetowate, ale równolegle głęboko, niemal aż do środkowego nerwu równomiernie wycinane na podobiznę pióra. Górna powierzchnia gładka, matowa, dolna — nieco jaśniejsza, rzędami, w kupki zebranych, rdzawożółtych zarodników pokryta.

Zbierać łodygi podziemne, oczyszczać z drobnych korzonków, obmywać i suszyć. Zgryziona łodyga posiada smak nadzwyczaj słodki, zbliżony do sacharyny, zapachu nie ma żadnego.

Zastosowanie: Niegdyś miała zastosowanie w medycynie, lecz nie znano jej rzeczywistej własności i poszła w zapomnienie, gdy tymczasem paprotka jest znakomitym lekarstwem przy chroniczym katarze nerek, kiedy uryna odchodzi galaretowata, z materią i często z krwią. Równie dobrze działa przy katarach dróg oddechowych. Odwar przygotowuje się z 10,0—15,0 na szklankę wody i pije 6—8 razy dziennie po łyżce.

Ponieważ odwar łodyg podziemnych paprotki jest bardzo słodki, przeto kto chce, może dolewać do niego trochę kawy i mleka albo dodawać skórek pomarańczowych.

Najlepiej przyjmować paprotkę z domieszką liści, kwiatu albo korzenia ślazu, z nasionami babki piaskowej albo wreszcie korzenia żywokostu.

Kompozycja może być również taka przy katarze nerek:

Łodyg podziemn. paprotki posp.	40,0	Rhiz. Polypodii vulg.
Liści brzozowych (majowych)	20,0	Fol. Betulae
„ ślazowych	30.0	„ Althaeae
Skórek pomarańczowych	10,0	Cort. Aurantiorum

Zmieszać. Robić odwar z 2 łyżek stołowych na 2 szklanki wody i wypić na 4 razy po pół szklanki w ciągu dnia. (Przy chronicznym katarze nerek).

Zadawana dzieciom w proszku truje robaki (Ascaris lumbricoides).

Działanie zachowuje dotąd, póki nie zatraci w przekroju zielonego koloru.

120. **Primula veris** (Officinalis). (Primulaceae — Pierwiosnkowate) — *Pierwiosnek*. ♃

Roślina wieloletnia. W dzikim stanie wyrasta po gajach, zaroślach i hodowana jest w ogrodach.

Korzeń włóknisty, zapachem nieco przypominający anyż. Liście tylko korzeniowe długie, tępo zakończone i dołem po ogonku zbiegające, brzegiem nieco powinięte nieznacznie karbowano-ząbkowane od spodu jaśniejsze, żylaste, pomarszczone i krótkokutnerowate. Głąbik kwiatowy bezlistny, omszony. Kwiaty zwisłe zebrane w baldaszek wierzchołkowy. Kielich wydęty, w 5 ząbków wycięty. Korona cytrynowożółta, wewnątrz pomarańczowo upstrzona, pięcioklapkowa. Kwiaty pachnące. Po ususzeniu korona przybiera kolor zielonawy.

Zbierać kwiaty świeżo rozkwitłe i suszyć szybko. Zastosowanie mają również i liście oraz korzeń.

Tak liście jak i kwiaty suszyć na strychu tzn. w cieniu i przewiewie.

Zastosowanie: w mieszankach ziołowych przy reumatyzmie i w chorobach nerwowych.

121. **Prunus cerasus L.** (Rosaceae) — *Wiśnia kwaśna, Wiślanka.* ±

Zwykła wiśnia sokowa i konfiturowa, drzewko wszystkim znane, pochodzące podobno z Azji Mniejszej.

Drzewo to hodowane jest po sadach dla owoców, lecz niezależnie od nich, może nam dostarczyć bardzo dobrej herbaty z ogonków owocowych. Jak się taką herbatę przygotowuje, powiedziane jest na początku książki, w artykule „Użycie ziół". Wiśnię kwaśną (ogonki) i liście zaleca się do ogólnego użytku, jako napój nadzwyczaj zdrowy i bardzo smaczny, mogący zrobić niebezpieczną konkurencję wszelkim herbatom sprzedawanym w handlu.

Zbierać liście, lecz nie należy z nich drzew ogołacać, gdyż wpływałoby to ujemnie na owocowanie. Bez szkody dla drzewa oberwać można 1/5 liści i to w porze, kiedy już zdejmiemy owoce. Jesienią zbierane liście nie mają już tego smaku i zapachu, zatem i napój wydają gorszy.

Ogonki wiśniowe powinny być jaknajdrobniej skrajane i przefermentowane przed suszeniem, wtedy dają lepszy napój od suszonych bez tego procesu. Z ogonków najlepiej przygotować ekstrakt i dodawać kroplami do przegotowanej wody, a liście przefermentowane tylko naparzać.

122. **Prunus spinosa L.** (Rosaceae) — *Tarnina, Tarki, Ciernie.* ∾

Krzew bardzo pospolity, rosnący na różnych pustkowiach i nad rowami, około dróg, na brzegach lasów, pod płotami itd., uzbrojony cierniami.

Dorasta do 2, niekiedy i 3 m wysokości, daje liczne odrostki korzeniowe i w ten sposób obejmuje coraz większą przestrzeń. Liście wydłużono-jajowate lub szeroko-lancetowate. Kwiaty białe, zależnie od wiosny, niekiedy już w marcu, czasem zaś kwitnienie przeciąga się aż do połowy maja. Owoc — małe śliweczki czarne z niebieskim nalotem. Owoce w smaku cierpko-kwaśne ściągające; zapach kwiatów świeżych przypomina nieco gorzkie migdały, suche zaś mają zapach zbliżony do herbaty, a w smaku są gorzko-cierpkie.

Zbierać kwiat zaraz po rozkwitnięciu, tj. dokąd nie opadną płatki, korę zaś, szczególniej z korzeni — w jesieni albo wcześnie na wiosnę. Kora zdejmowana z korzeni, tylko niezbyt starych, posiada działanie silniejsze od kory z gałęzi. Kwiat trzeba szybko suszyć na słońcu, korę wystarczy rozpostrzeć w przewiewnym miejscu, gdyż może wysychać powolnie.

Zawartością składników nikt się nie zajmował, tarnina bowiem nie jest stosowana w medycynie i należy tylko do leków ludowych.

Zastosowanie: kwiat cierniowy ma własności rozwalniające oraz działa pobudzająco na czynność nerek i pę-

cherza moczowego. Ponieważ własności rozwalniające kwiatu są dosyć słabe, przeto na wywołanie wypróżnień przyjmować go należy w większej dawce, bo dla dorosłych jednorazowo 15,0—20,0, naparzając na 2 szklanki wody. Napar ten ma gorzkawy, ale przyjemny smak i zapach i po ocukrzeniu go może być pity bez żadnego wstrętu. Odwar z kory (30,0 na litr) do irygacji ma być dobrym środkiem przeciwko białym upławom. Do wewnątrz kora działa silniej od kwiatu, przeto brać jej trzeba mniej.

123. **Pulmonaria officinalis L.** (Boragineae) — *Płucnik lekarski.* ♃

Wyrasta po cienistych i wilgotnych gajach i zaroślach, lecz nie należy do roślin bytujących gromadnie, a przeto i nazbierać jej w dużych ilościach nie tak jest łatwo, jak innych ziół leczniczych.

Łodygi dorastają do 30 cm wysokości i pokryte są szorstkimi włoskami. Liście zmiennej formy: jajowato-długokończyste w ogonek zwężające się albo sercowato - wydłużone i zwężone w skrzydlaty ogonek, całobrzegie, również szorstkie. Kwiaty na wierzchołkach łodyg o koronie różowej, wewnątrz ciemnej nakrapianej, zebrane w jednostronne grona, ślimakowato zakręcone. Korona pierwotnie różowa, zmienia się w fioletową i ostatecznie, przed opadnięciem, przechodzi w niebieską. Kwitnie w maju i czerwcu.

Zbierać ziele w czasie kwitnienia, zrzynając je nieco nad ziemią. Suszyć trzeba bardzo starannie, łatwo bowiem czernieje i zagniwa, gdyż łodygi i liście są bardzo soczyste. Suche ziele jest twarde, ostre, niemal kolące, jasnozielone, trawiastośluzowatego, nieco ściągającego smaku; zapachu nie posiada.

Zawiera głównie śluz.

Zastosowanie: posiada własności powlekające i ułatwiające odrzucanie wydzielin, płucnik zażywa się w odwarze, zwykle z 20,0 na litr wody, a po osłodzeniu i dolaniu mlekiem, pije po filiżance 4—6 razy dziennie przy: katarze oskrzeli, chrypce i wogóle przy chorobach piersiowych.

Sam pojedynczo płucnik nie działa tak, jak w odpowiednio zestawionych mieszankach ziołowych, np. dodając go do którejkolwiek z podanych na cierpienia organów oddechowych.

Podaję tu wzór na ziółka z płucnikiem od kataru dróg oddechowych (kaszlu, chrypki, zaflegmienia):

Ziela płucnika lekarskiego	20,0	Hba Pulmonariae off.
Szanty pospol.	20,0	„ Marubii
Poziewnika lekarskiego	40,0	„ Galeopsidis
Babki wąskolistnej	20,0	Fol. Plantaginis lanceolat.
Korzenia żywokostu	40,0	Rad. Consolidae off.
Słodu browarnego	60,0	Malt. Hordei

Zioła drobno skrajane, korzenie przetłuczone, słód wysuszony, razem zmieszać. Cztery czubate łyżki ziółek ugować na 1 litr odwaru, osłodzić i pić 4—6 razy dziennie po filiżance, samo albo dolewając mlekiem, lepiej śmietanką.

124. **Quercus pedunculata i sessiliflora L.** (Cupuliferae) — *Dąb szypulkowy i bezszypulkowy.* ±

Znane wszystkim drzewa leśne, dochodzące do 40 cm wysokości i żyjące do 1000 lat (Dąb zwany Bubilis na Litwie, w którym było umieszczone muzeum Paskiewicza, miał zgórą 1500 lat).

Obydwa powyższe dęby dostarczają kory i żołędzi.

Zbierać się powinno korę na wiosnę w czasie puszczania soków, tj. pękania pączków liściowych i tylko z młodych gałęzi 2—3 letnich. Korę taką wysuszać w przewiewie, aby nie spleśniała. Najlepiej jest pokrajać ją zaraz, gdy jest świeża, i dopiero wysuszyć.

Żołędzie zbierać należy, gdy opadają, przesuszyć w przewiewnym miejscu i aby nie zapleśniały pod łupiną, dosuszyć w piecach po chlebie. Jak się z nich przyrządza kawę, podałem już na początku niniejszej książki.

Korę dębową używa się w odwarze, zwykle z 15 — 20 gr na litr wody, do przemywań, płukań, szprycowań, okładów, dla swych własności ściągających, więc do przemywania oparzeń i ran, płukania gardła przy zapaleniu i opuchnięciu, w postaci wlewek w pochwę maciczną przy upławach, i dla dezynfekcji, okładów na miejsca zapalone i opuchnięte, guzy hemoroidalne itp.

125. **Rhamnus cathartica L.** (Rhamnaceae) — *Szakłak*.

Wyrasta w miejscach wilgotnych, po lasach, gajach, łąkach, nad brzegami wód, w zaroślach itd.

Wysoki krzew kolczasty, dorastający do 5 metrów, przechodzący niekiedy w drzewko. Stary pień pokryty popękaną szarobrunatną korą, młode zaś gałązki mają korę gładką, szarawą, na grubszych występują na niej poprzeczne, białawe, podłużne cętki. Liście naprzemianległe, okrągławo-jajowate, m. w. spiczaste, drobno i równo piłkowane, z obu stron gładkie. Kwiaty w wiązeczkach z kątów liści wyrastające, żółtawozielone. Krzew ten ma osobniki jednopłciowe i dwupłciowe. Jagody kuliste, w dojrzałym stanie czarne, zwykle czteronasienne, ckliwego, słodkościągającego smaku.

Kwitnie w maju i czerwcu.

Z b i e r a ć młodą korę oraz dojrzałe jagody i suszyć w piecach po chlebie albo w suszarniach.

W ł a s n o ś c i posiada ułatwiające oddychanie i rozwalniające.

Kora i jagody używane są w odwarze na przeczyszczenie i przy dychawicy. W jednym i drugim wypadku najlepiej

je dawać z ziołami śluzowatymi czyli powlekającymi i słodząc odwar.

Zawiera w jagodach: ciała pektynowe, cukier, pigment, gumę i ciało gorzkie — Ramnoemonidinę, o własnościach w małej ilości delikatnie rozwalniających, lecz w dużych dozach wywołuje zapalenie kanału kiszkowo - żołądkowego, połączone z ostrym rozwolnieniem, któremu towarzyszyć mogą wymioty. Szczególniej zwracać trzeba na to uwagę przy stosowaniu dzieciom, dla których wystarcza dać 10—15 jagód bez obawy wywołania powyższych objawów (gdy idzie o przeczyszczenie[1]).

Mieszanka rozwalniająca:

A

Kory szakłakowej	80,0	Cort. Rhamni Catharticae
Korzenia lukrecjowego	30,0	Rad. Glicyrrhizae
„ kosaćcowego	20,0	„ Iridis
Nasion anyżu	20,0	Fruct. Anisi

Zmieszać. Naparzać łyżkę stołową na szklankę, postawić w cieple i pić na noc.

B

Kory szakłakowej	60,0	Cort. Rhamni Catharticae
Korzenia brodawnika	20,0	Rad. Leontodon Taraxaci
Ziela przetacznika	20,0	Hb. Veronicae

Zmieszać. Użycie jak wyżej.

126. **Rhamnus frangula L.** (Rhamneae) — *Kruszyna. Kruszewina.*

Krzew dorastający 2 — 3 m wysokości, zależnie od jakości gruntu i jego wilgoci. Wyrasta często gromadnie, tworząc gęste zarośla, niekiedy na dziesiątkach morgów błotnistych przestrzeni.

[1]) Komu kruszyna nie służy, ten niechaj spróbuje szakłaku albo aloesu wielkości ziarnka grochu. Zresztą do wszystkiego żołądek się przyzwyczaja, więc trzeba zamieniać: aloes, senes bez żywicy itp.

Drzewo posiada żółtawe, kruche, tj. łamliwe, korę gładką z białymi plamkami. Liście jajowato-podłużne, całobrzegie, gładkie, o silniej rozwiniętej nerwacji. Kwiatki drobne, białozielonawe, z kątów liści po kilka wychodzące, w maju i czerwcu. Owoc — jagoda kulista wielkości grochu, najpierw zielona, później czerwona i wreszcie czarna, zawierająca 2—3 twardych ziarnek.

Zbierać korę na wiosnę, zależnie od wystąpienia miazgi, odzierając ją pasami z wyrąbywanych krzaków i rozpościerać zaraz na otwartym powietrzu, aby szybko schła.

Właściwie i dobrze wysuszona kora powinna łamać się z trzaskiem i spodnią stronę mieć żółtą albo żółtoczerwonawą.

Świeżo zebrana i wysuszona kora nie powinna być brana do lekarskiego użytku, gdyż sprawia mdłości i wymioty, dopiero gdy przeleży dwa lata w miejscu suchym albo też zostanie nagrzana w piecach przez kilka godzin przy temperaturze + 80° C.

Zastosowanie: kora kruszyny działa rozwalniająco i jeżeli jest wyleżała albo prażona, nie sprawia żadnych boleści, ani mdłości; jagody kruszynowe w odwarze, przygotowanym z suszonego owocu, działają również rozwalniająco ale znacznie słabiej.

Jeżeli kora kruszyny jest tylko pokrajana, trzeba ją przyjmować w odwarze, lecz w stanie przetłuczonym, wystarczy ją tylko naparzać. Przy zaparciu stolca, gdy idzie o doraźne przeczyszczenie, przyjmuje się odwar czy napar 1—2 łyżeczek czubatych kory na szklankę wody, do jednorazowego wypicia. Przy uporczywej obstrukcji, czyli stałym zaparciu stolca, przyjmuje się codziennie na noc napar z 1—2 łyżeczek od herbaty na pół szklanki wody. Tak samo stosuje się i przy hemoroidach. Kora kruszyny ma tę wyższość nad innymi

środkami rozwalniającymi, że stosunkowo bardzo nieznacznie podrażnia przewód kiszkowy i dlatego bez żadnych następstw może być przez dłuższy czas przyjmowana, a w dodatku organizm się do niej nie przyzwyczaja, czyli działania swego nie traci.

Ziółka rozwalniające przy chronicznych zaparciach:

A

Kory kruszyny	60,0	Cort. Frangulae
Korzenia lukrecjowego	20,0	Rad. Glycyrrhizae
„ brodawnika mlecz.	10,0	„ Leontodon Taraxaci
Nasion anyżu (przetłuczonych)	10,0	Fr. Anisi (contus)

B

Kory kruszyny	60,0	Cort. Frangulae
„ berberysowej	20,0	„ Berberidis
Marzanki wonnej	25,0	Hb. Asperulae odor.
Korzenia lukrecji	25,0	Rad. Glycyrrhizae
Siemienia lnianego	10,0	Semen Lini

Zmieszać. Przygotowanie i użycie jak wyżej.

C

Kory kruszyny	60,0	Cort. Frangulae
Korzenia lukrecji	25,0	Rad. Glycyrrhizae
Anyżu zwycz.	15,0	Fr. Anisi vulg.

Zmieszać. Naparzyć łyżkę na $^3/_4$ szklanki i wypić.

Naparza się dobrze łyżkę ziółek na szklankę wody, (stać powinna parę godzin) i wypić na noc do łóżka. Idzie o to, aby wypróżnienie było normalne, więc gdyby taka ilość rozwalniała, brać mniej i odwrotnie, gdyby skutku nie było, brać więcej.

Przez branie codzienne przez czas dłuższy następuje uregulowanie wypróżnień.

Kora kruszyny stosowana jest również przy chorobach wątroby i śledziony.

127. **Rheum palmatum** (Polygonaceae) — *Rabarbar, Rzewień.* ♃

Przede wszystkim: Rheum palmatum (Rzewień dłoniasty) i Rheum Emodi (Rzewień australijski) dają najlepsze gatunki rabarbarum lekarskiego. Rośliny te może sobie każdy hodować na użytek leczniczy, z warunkiem jeśli pod nie domieszać sporo zwietrzałego glinkowego marglu albo miału wapiennego i lekkiej glinki, w ziemi zawierającej glinę tylko dodatek wapna i wykopie korzeń dopiero z roślin 9—10-letnich.

Rabarbary są bardzo ozdobne, szczególniej R. dłoniasty i mogą być hodowane w ogrodach, jako rośliny dekoracyjne.

Rabarbar dłoniasty — Rheum palmatum L., var tanguticum Maximoviczii, znaleziona przez N. M. Przewalskiego w 1871 roku w górzystych miejscowościach prowincji Gań-su, w okolicach jeziora Kukunor, wydaje najwyższy gatunek korzenia rabarbarowego, nie różniący się niczym od przywożonego z Chin.

Poznanie i wprowadzenie do lecznictwa rabarbaru zawdzięczamy Arabom, którzy lek ten, zależnie od dawki, czyszczący lub ściągający, w IX wieku sprowadzili z Chin i po Europie rozpowszechnili.

Z b i e r a ć: korzeń rabarbarowy z roślin 9—10-letnich, w porze, kiedy roślina wydaje nasienie, traci liście i przechodzi w stan spoczynku, co ma miejsce pod koniec lata. Całe karpy wykopywać bardzo starannie, aby korzeni nie kaleczyć, oczyszczać z ziemi na sucho i uważnie rozkrawać na części, starając się, aby kawałki były jak największe. Tak przygotowany korzeń delikatnie obiera się z samego naskórka, nawleka na mocne nitki i rozwiesza w silnym przewiewie, można wprost na otwartym powietrzu, l e c z c h r o n i ą c b a c z n i e, a b y g o d e s z c z n i e z m o c z y ł.

W suszarniach ani piecach suszyć nie można, gdyż się zaraz popsuje.

Zastosowanie: działanie terapeutyczne, rabarbaru zależne jest od dawki w jakiej ten przyjmujemy. W bardzo małych ilościach, wynoszących 0,3—0,5 (grama) rabarbar powstrzymuje rozwolnienie, wzmacnia trawienie i pobudza apetyt, natomiast w dużych dawkach, poczynając od 2,0—5,0 (grama) działa łagodnie, rozwalniająco. (To wszystko odnosi się do subtelnego proszku).

Niezależnie od proszku, rabarbar służy do przygotowania wina rabarbarowego, wyciągu wodnego, odwaru itd.

W małych dozach rabarbar stosowany jest przy dyspepsji i katarze kiszek, w większych zaś — na przeczyszczenie, szczególniej dla dzieci, ludzi słabej kompleksji, rekonwalescentów, małokrwistych i starych, jak również przy chorobach wątroby (żółtaczka) i śledziony.

128. **Ribes nigrum L.** (Grossulariae) — *Smrodynia. Porzeczka czarna.* ∾

Wyrasta dziko po wilgotnych gajach, lasach, zaroślach, nad brzegami strumieni, rzek i rowów, po ogrodach zaś hodowana jest w licznych uszlachetnionych odmianach wielkoowocowych. Owoc daje dobry kompot, wino i nalewkę, zwaną „ratafią", w lecznictwie jednak używa się tylko liście i korę.

Krzew gałęzisty, do 1 m wysoki, o korze szarobrunatnej. Liście 4 — 5-łatkowe, długoogonkowe, gładkie, od spodu usiane gruczołkami z olejkiem eterycznym. Kwiaty żółtawozielone, rdzawo - czerwono - obrzeżone, w krótkich zwieszonych gronkach, w kwietniu i maju. Owoc smrodyni czarny, wielkości grochu, odmian zaś ogrodowych 2 — 5 razy większy.

Zbierać do lekarskiego użytku przede wszystkim liście, a czasami i korę. Liście powinny być zebrane do lipca, gdyż

wtedy posiadają najsilniejszy zapach. Korę zdejmować na wiosnę.

Z a w i e r a: olejek eteryczny; dalszy skład nie zbadany.
Posiada własności: moczopędne, napotne, wzmacniające, ściągające i ułatwiające oddzielanie flegmy.

Z a s t o s o w a n i e: z liści i kory smrodyni przygotowuje się napar (herbatę). Liści bierze się 3,0 — 10,0 na litr, kory nieco mniej i pije po filiżance kilka razy dziennie przy chorobach nerek, pęcherza, flegmistym kaszlu, wodnej puchlinie.

Smrodynię zalecają używać przy żwirze nerkowym i kamieniach pęcherza oraz przy reumatyzmie.

W chorobach dróg moczowych i w ich osadach mineralnych najwłaściwiej łączyć smrodynię z rdestem ptasim, dziurawcem i pączkami albo liśćmi brzozowymi.

Ziółka przy katarze pęcherza:

A

Liści brzozowych majowych	50,0	Fol. Betulae
„ czarnej porzeczki	50,0	„ Ribis nigri
Ziela nawłoci pospol.	35,0	Hba solidago Virgae aureae
„ rdestu ptasiego	50,0	„ Polygoni avicul.
„ dziurawca	50,0	„ Hyperici
Kłębu tataraku	15,0	Rhiz. Calami
Bożego drzewka	25,0	Hba Abrotani
Rozłogów perzu	100,0	Rhiz. Graminis
Trzonów paprotki posp. (słodk.)	25,0	„ Polypodii vulg.

Wszystko drobno skrajane zmieszać. Naparzać 3 łyżki stołowe na 3 szklanki wody i wypić w 4 dawkach w ciągu dnia.

B

Płatków chabru	15,0	Flor. Cyani
Liści porzeczki czarnej	50,0	Fol. Ribis nigri
Ziela pomurnika	25,0	Hb. Parietariae off.
„ kurdybanka	25,0	„ Hederacae
„ przetacznika	25,0	„ Neronicae
„ nawłoci pospol.	25,0	„ Virgae aureae
„ dziurawca	75,0	„ Hyperici

Użycie jak wyżej.

129. **Robinia psudo-acacia.** (Papilionaceae — Motylkowate) — *Grochowiec, Grochodrzew* (Akacja biała). ±

Drzewo (popularnie zwane Akacją białą), używane do obsadzania ulic jest ogólnie znane. Rośnie bardzo szybko, nietykane jest przez żadne owady, nie przycinane kwitnie corocznie obficie biało. Kwiaty są masowo nawiedzane przez pszczoły i wydają b. dużo miodu. (Jest gatunek kwitnący przez całe lato).

Nas interesuje głównie kwiat i nasiona, właściwie strączki jako środek od duszności. Zbiera się kwiaty zaraz po rozwinięciu i szybko suszy. Strączki do naparzania zanim nasiona zbytnio nie stwardnieją. Właściwie świeżo zebrane strączki należy pociąć i lekko przetłuc w moździerzu, aby po wysuszeniu dały się wygotować. Pije się odwar ze strączków, a z kwiatów napar.

Środek nie wypróbowany, ale mający uznanie.

130. **Rosa canina** (Rosaceae) i inne gatunki *róży polnej* albo dzikiej posiadają owoce mięsiste, wypełnione białymi ziarnami, w jesieni zabarwiające się na kolor ciemnoczerwony albo koralowy. Niektóre gatunki róży, jak np. Rosa rugoza, posiadają owoce bardzo duże, szczególniej odmiana R. rugosa i Regaliana, i służą do przygotowania konfitur.

Czerwone owoce róży, oczyszczone z ziarnek i włosków, znajdujących się wewnątrz tego owocu, są suszone i sprzedawane do składów ziołowych i aptek, a przez publiczność fałszywie nazywane głogiem.

Odwar przygotowany z owoców róży, używany jest przy cierpieniach wątroby, głównie przy kamieniach żółciowych (patrz artykuł „Jarzębina", gdzie jest kompozycja mieszanki ziołowej z różą polną).

131. **Rosmarinus officinalis L.** (Labiatae) — *Rozmaryn lekarski.*

Krzew południowo-europejski, wyrastający dziko na skalistych wybrzeżach morza Śródziemnego, u nas hodowany jest w zimnych szklarniach i w ogrodach pod przykryciem od mrozu.

Dorasta do ½ metra wysokości i posiada liczne łodygi rozgałęzione, pokryte pękającą i warstewkowato oddzielającą się skórką, w młodości zaś szarokutnerowate. Liście linijne, tępe na końcu, skórzaste z całobrzegim podwijającym się obwodem. Kwiaty dwupłciowe, białe, na dolnej wardze ciemniej upstrzone. Kwitnie od marca do maja. Smak gorzko-korzenny, cierpki, przypominający kamforę; zapach silny przenikliwy.

Ciała czynne: pinen, camfencineol, borneol, (borneńska kamfora, laurowa kamfora).

Zbierać liście w czasie kwitnienia, zrzynając wierzchołki krzewu, a gdy podeschną, okruszać.

Zastosowanie: liście rozmarynowe mają w medycynie bardzo ograniczone użycie, gdyż wchodzą tylko w skład aromatycznych wanien i ziółek. Główne znaczenie ma olejek lotny, wydzielany przez destylację z wodą i wchodzący w skład różnych smarowań jako środek drażniący. Największe zapotrzebowanie olejku jest do fabrykacji perfum i kosmetyków.

Rozmaryn posiada własności moczopędne i wzmacniające trawienie, lecz będąc rośliną obcą, klimatu naszego nie wytrzymującą, w lecznictwie ludowym nie mógł sobie zyskać zastosowania.

132. **Rubus fruticosus** (Rosaceae) — *Jeżyna.*

Krzew kolący, znany ze swych jagód jadalnych. Znaczenie lecznicze w tej roślinie posiadają jagody. Działanie

ich jest przeciwgorączkowe, co szczególniej uwydatnia się przy szkarlatynie u dzieci. Przy zadawaniu soku jeżynowego gorączka spada, choroba przybiera łagodny przebieg i szybciej przemija.

Sok jeżynowy, przygotowany tak, jak się to zwykle czyni z malinami albo wiśniami, tj. przesypując cukrem, powinien być ogólnie wyrabiany lub też znajdować się w aptekach dla nabywania w razie potrzeby.

Można go dolewać do wody, służącej za napój albo też dawać sam dzieciom po łyżeczce, a starszym po łyżce stołowej.

Można również owoce jeżyny suszyć i zaparzać, jednakże sok jest lepszy.

Liście jeżyn posiadają własności w znacznie mniejszym stopniu.

133. **Rubus Idaeus L.** (Rosaceae) — *Malina.*

Jest to właśnie podkrzew, gdyż łodyga w drugim roku owocuje i następnie usycha, na jej zaś miejsce wychodzą pędy zastępcze.

Najbardziej aromatyczna jest malina dzika, jednak do wyrobu soku służyć mogą doskonale i odmiany ogrodowe.

Liście malin po oczyszczeniu z ogonków i przefermentowaniu, to jest zagrzaniu się i zbrunatnieniu, służą w pomieszaniu z innymi liśćmi (patrz art. — Użycie ziół) do przygotowania bardzo dobrej herbaty, owoce zaś wysuszone w piecach lub suszarniach, są ulubionym środkiem napotnym, używanym pospolicie przy zaziębieniu.

Zawiera w owocach: kwas jabłkowy i cytrynowy, ciała pektynowe, cukier, olejek eteryczny itd.

134. **Rumex acutus L.** (Polygonaceae) — *Szczaw kobyli. Kobylak.* ♃

Rośnie na miejscach błotnistych, na łąkach, nad brzegami wód, po rowach, jednakże nie na ziemiach kwaśnych.

Korzeń mało rozgałęziający się, więcej pojedynczy, zewnątrz brunatny, wewnątrz żółty. Łodyga dorasta do 80 cm i jest kątowata, bruzdowana, gładka i rozgałęziona. Liście spiczastolancetowate, ogonkowe, ku górze drobniejące. Kwiaty zielonawe, na górnej części łodygi i wierzchołkach rozgałęzień, w długie grona zebrane. Kwitnie w czerwcu i lipcu.

Zbierać do lekarskiego użytku kwiat i korzeń; ten ostatni wcześnie na wiosnę albo też w jesieni, obmywać go z ziemi i suszyć.

Zawiera: dużo garbniku, pigment, lecz bliżej składu korzenia dotąd nie zbadano, gdyż jest to środek tylko ludowy.

Zastosowanie: w odwarze kwiat czy korzeń (ten ostani działa silniej) przy dyzenterii. Zwykle używany jest kobylak z pięciornikiem, srebrnikiem i czarnymi jagodami albo zielonymi łupinami orzecha włoskiego. (Patrz wymienione).

A

Korzeń kobylaka	20,0	Rad. Rumicis acuti
„ pięciornika	20,0	„ Potentillae Tormentillae
Ziele srebrnika	20,0	Hb. Potentillae anserinae
Jagody czernicy (suche)	40,0	Baccae Myrtillorum
albo		vel
Łupiny zielone orzecha włosk.	20,0	Cort. Fr. Juglandis

Wszystko bardzo drobno skrajane wymieszać. Naparzać przez 1 godzinę 4 łyżki stołowe na litr. Można osłodzić.

B

Jagód czernicy (suchych)	60,0	Baccae Myrtillorum
Kwiatu kobylaka	30,0	Flor. Rumicis acuti
Ziela przywrotnika	15,0	Hb. Alchemillae vulg.
Korzenia omanowego	15,0	Rad. Inulae Helenii
Ziela srebrnika	30,0	Hb. Potentillae anserinae

Drobno skrajane zmieszać. Użycie jak wyżej.
Odwar 4 łyżki na litr służy do wypicia na 4 razy dziennie po filiżance.

Bardzo często zamiast, albo jednocześnie przy kopaniu kobylaku zbierane bywają korzenie innych tzw. końskich szczawi.

Korzenie tych gatunków posiadają działanie zbliżone, przy zbieraniu są często mieszane.

135. **Ruta glaveolens L.** (Rutaceae) — *Ruta ogrodowa.*

Właściwie jest to podkrzew, dorastający do 75 cm wysokości i wydający dołem drzewiaste, górą zaś zielone łodygi. Te są cylindryczne, zielone, lecz pokryte białawym nalotem. Liście naprzemian ległe, podwójne pierzastosieczne szarawozielone, nieco mięsiste przenikliwej balsamicznej woni i gorzkiego, ostrokorzennego smaku. Kwiaty czteropłatowe zielonożółte, w wierzchołkowe miotełki zebrane. Kwitnie w czerwcu i lipcu. W czasie kwitnienia krzew posiada zapach najsilniejszy.

Ojczyzną ruty jest południowa Europa, lecz roślina ta rozpowszechnia się bardzo, rośnie nawet po ogródkach wiejskich i jest hodowana jako godło panieństwa.

Zbierać się powinno liście ruty przed zakwitnięciem krzewu. Oleje oddestylowywa się z liści i kwitnących wierzchołków, które przerabiane są zaraz na świeżo, dają bowiem wtedy najwięcej olejku. Zebrane liście rozpościerać bardzo cienko do suszenia, gdyż mają dużo soku i łatwo podlegają

gniciu. Najlepszym sposobem zbierania jest ucinanie wierzchołków i w takim stanie suszenie, a gdy już wyschną, liście należy osmygnąć. Przechowywać w naczyniu zamkniętym.

Zawiera: olejek eteryczny (w liściach 1/4%, w owocach do 1%).

Zastosowanie: naparu z liści używa się przeciw histerii, padaczce, zatrzymaniu menstruacji. Ponieważ ruta należy do roślin silniej działających, przy tym może być zamieniona innymi, przeto należy używać jej z ostrożnością, a lepiej zastępować czym innym. Żucie liści uśmierza ból głowy.

136. **Salix** (Salicineae) — *Wierzba.* ±

Artykuł niniejszy obejmuje różne gatunki wierzb, rosnące u nas na miejscach wilgotnych lub mokrych, jak: Salix alba (Wierzba biała), S. fragilis (W. krucha), S. pentandra (W. laurowa), S. nigricans. S. viminalis (W. długolisciowa) i inne.

Zdejmować korę na wiosnę gdy wystąpi miazga, z gałązek 2—4-letnich i szybko wysuszać na otwartym powietrzu. Najlepsza jest wierzba czarna (Salix nigricans).

Zawiera kora wierzbowa salicynę, która w medycynie stosowaną jest jako środek przeciwreumatyczny.

Zastosowanie: w leczeniu ludowym kora wierzbowa niekiedy miewa zastosowanie, w odwarze bywa używana do picia przy flegmistym kaszlu. dyzenterii, gośćcu (reumatyzmie), chorobach śledziony (opuchnięciu) itd. Przez zawartość salicyny ma zupełną rację przy reumatyzmie (patrz: spirea ulimaria).

Niekiedy używają odwaru kory wierzbowej do mycia głowy od łupieżu, ale wtedy powinna być z mydlikiem i siarką.

137. **Salvia officinalis** (Labiatae) — *Szałwia lekarska.* ~

Do 40 cm dorastający krzewek, w dzikim stanie rosnący po słonecznych wzgórkach okolic nadśródziemnomorskich. W ojczyźnie swej, w klimacie cieplejszym, szałwia należy do krzewów wiecznie zielonych, u nas jednak liście jej i miękkie części gałązek niekiedy marzną.

Liście naprzeciwległe, zwężające się, a na wierzchołku spiczaste, na obwodzie piłkowane, górna zaś powierzchnia przepięknie groszkowa, omszona. Kwiaty niebieskofioletowe. Kwitnie w czerwcu i lipcu. Zapach liści bardzo silny, balsamiczny; smak gorzkawy z posmakiem chłodząco-ściągającym.

Zbierać liście i miękkie wierzchołki, zanim powstaną pączki kwiatowe. Świeże ziele rozpościerać w miejscu przewiewnym i ocienionym, aby szybko wyschło, nie tracąc zapachu. Po wysuszeniu przechowywać w naczyniu zamkniętym, dla zabezpieczenia od wietrzenia.

Zawiera szałwia w liściach: ciała garbnikowe, olejek eteryczny pinen, serquiterpen, cineol, salviol.

Własności i zastosowanie: przeciw nocnym potom zażywa się łyżkę liści zaparzonych 3/4 szklanki wody, wypijając płyn ostudzony na noc (np. przy gruźlicy). Lud w różnych okolicach kraju stosuje szałwię przy rozwolnieniu, chorobach wątroby i nerek, dodając do tego inne jeszcze zioła, dobierając je według miejscowego mniemania o ich własnościach. Zewnętrznie szałwia ogólnie jest używaną do płukania gardła. Wchodzi do mieszanek przy upławach — do irygacji.

Szałwia posiada własności przeciwpotne, ściągające, moczopędne, przeciwgnilne, wiatropędne i lekko pobudzające.

138. **Sambucus Ebulus L.** (Caprifoliaceae-Sambucineae) — *Bez Hebd.* ♃

Wieloletnie ziele, wyrastające dziko po wilgotnych miejscach, na łąkach, w gajach i zaroślach, jenakże w pewnych tylko okolicach, jak np. w okolicach Wąchocka, Kazimierza nad Wisłą, na Wołyniu itd.

Dorasta do 1/2 m wysokości. Łodygi ma słabo rozgałęzione, bruzdowane z rdzeniem gąbczastym. Liście naprzeciwległe, nieparzystopierzaste, z 7 do 9 jajowolancetowatych, spiczastych, na obwodzie piłkowanych listków złożone. Kwiaty białe, pachnące, w podbaldaszki 3-promieniste, wierzchołkowo zebrane. Jagody wielkości grochu, po dojrzeniu czarne. Kwitnie w czerwcu i lipcu. Smak jagód gorzko-słodkawy, niemiły.

Zbiera się korzenie w jesieni, jagody — po zupełnym dojrzeniu.

Zastosowanie: korzeń zażywa się w odwarze, z łyżki na 3/4 szklanki wody i dwa razy dziennie, przy puchlinie, zbyt małym oddawaniu uryny albo jej zatrzymaniu się i przy cierpieniach nerkowych. Jagody mają mieć to samo działanie, chociaż korzeń niewątpliwie posiadać musi własności silniejsze.

Własności moczopędne, rozwalniające i napotne.

139. **Sambucus nigra L.** (Caprifoliaceae-Sambucineae) — *Bez czarny, Bzowina.* ±

Krzew, nawet drzewko, rozpowszechnione w całej niemal Europie po lasach i zaroślach liściastych, przy parkanach ogrodowych i murach, na opustoszałych zwaliskach itp. Jagody zjadane przez ptactwo i nasiona roznoszone przez nie w pomiocie, stanowią przyczynę porastania tego niewybrednego krzewu na rozkruszającym się ze starości stropie jakiejś murowanej bramy lub też baszcie zamczyska.

Bez czarny w spokoju pozostawiony z czasem wyrasta w drzewko od 7 — 8 m wysokości i okrywa się ciemnoszarą popękaną korą, o grubym słoju korkowym. Na młodych wypustkach kora ta jest najpierw zielona, później popielata, pokryta rozrzuconymi brodawkowatymi narostkami. Liście ogonkowe, nieparzystopierzaste, z 5 — 7 listków złożone. Kwiaty dwupłciowe, drobne białe, w obszerny płaski, podwójnie złożony podbaldach zebrane. Owoc mniej lub więcej kulisty, bardzo soczysta jagoda, po dojrzeniu czarna, zawierająca 2 — 3 płaskich pestek, z nasionami białkowatymi i oleistymi.

Bzowinę zaliczyć trzeba do bardzo pożytecznych krzewów, zasługujących nie na eksploatację tylko dziko wyrastających egzemplarzy, lecz na dochodową plantację, pod którą łatwo wyzyskać niemal każdy kawałek ziemi, leżący bezprocentowo na wsi (obsadzanie parkanów, dróg, grobel, brzegów rzek i stawów, piasków itp.).

Zbierać: przede wszystkim kwiat, jako towar bardzo poszukiwany i ceniony na rynku drogeryjnym, dalej — korę z 2—3-letnich odrostków, korę z korzeni wraz z drobnymi korzonkami, liście i dojrzałe jagody i wreszcie wyrastający na starych pniach grzyb drzewny (Fungus Sambuci).

Kwiat zbiera się zaraz po rozkwitnięciu, nie czekając przekwitania i starannie wysusza w cieniu, korę i korzenie w jesieni albo na wiosnę, gdy wystąpi miazga i liście w czasie kwitnienia. Rdzeń najlepiej wypychać w czasie zbioru kory (powinien być w długich kawałkach i nie pobrudzony) używany jest do fontanelli. [1])

Zawiera bez czarny: w kwiatach — żywicę, olejek eteryczny (ok. 0,05%), kwas walerianowy itd.; w owocach — olejek eteryczny, cukier, czerwony barwnik, garbnik, oraz kwasy: winny, walerianowy, jabłkowy; w korze, oprócz róż-

---

[1]) plaster jątrzący.

nych składników — garbnik, kwas walerianowy oraz alkaloid — sambucynę.

Zastosowanie: kwiat bzowy działa napotnie i moczopędnie, jagody rozwalniająco i moczopędnie, kora zaś słabsze a korzeń silne własności moczopędne. W naparze kwiat piją w celu pobudzenia potów i sprowadzenia przez to obniżenia gorączki, a także przy kaszlach i zaflegmieniu; jagody, powidełka z nich i liście więcej jako środki rozwalniające, niż moczopędne, wreszcie kora i korzeń przy wodnej puchlinie, zbyt małym wydzielaniu uryny i reumatyzmie.

Zdaje się, że kora i korzeń zasługują na wypróbowanie w klinikach, gdyż, kto wie, czy nie stanęłyby w szeregu najlepszych środków moczopędnych.

W zastosowaniu z innymi ziołami, kwiat i kora bzowa występuje w następujących mieszankach ziołowych:

Przy katarach dróg oddechowych (kaszlach, chrypkach itd.):

A

Kwiatu bzowego	40,0	Fl. Sambuci nigri
Liści ślazowych	10,0	Fol. Althaeae off.
„ babki wąskolistnej	10,0	„ Plantaginis lanc.
Ziela szanty pospolitej	20,0	Hb. Marrubii vulg.
Słodu jęczmiennego	60,0	Malt. Hordei
Anyżu	10,0	Fr. Anisi vulg.

Zmieszać razem. Z czubatej łyżki stołowej naparzać 2 szklanki i wypić 4—5 razy w ciągu dnia, na ciepło; można słodzić i dolewać mlekiem.

B Ziółka przeciw reumatyzmowi:

Ziela bratków polnych	30,0	Hb. Violae tric.
„ nawłoci pospolitej	20,0	„ Solidago Virgae aureae
Kwiatu tawuły łąkowej	30,0	Fl. Spireae Ulm.
„ nostrzyka żółtego	10,0	„ Meliloti off.
Liści brzozowych	50,0	Fol. Betulae
Rozłogów perzu	30,0	Rhiz. Graminis
Korzenia bzowego	30,0	Rad. Sambuci

Zmieszać razem. Robić odwar z dobrej łyżki stołowej na $^3/_4$ szklanki wody i pić po takiej ilości 3 razy dziennie. Można słodzić lub dolewać mleka.

Ziółka z korą bzową przeciw puchlinie wodnej:

C

Pączków brzozowych	20,0	Gemmae Betulae
Komosy meksykańskiej (liści)	10,0	Fol. Chenopodii ambr.
Mącznicy garbarskiej (liści)	10,0	„ Uvae ursi
Tataraku (kłębu)	10,0	Rad. Calami
Kocanki piaskowej (kwiatu)	10,0	Flor. Hydrolapathi Gnaphalii
Lukrecji (korzenia)	40,0	Rad. Liquiritiae
Korzenia bzowego	70,0	„ Sambuci
Anyżu (nasienia)	20,0	Fr. Anisi
Pomurnika lekarskiego	10,0	Hb. Parietariae off.

Zmieszać razem. Z 15 g naparzać 1 litr i pić 4—6 razy po małej filiżance od czarnej kawy, aby wypić dziennie wszystko.

Ziółka rozwalniające:

D

Jagód bzowych	20.0	Baccae Sambuci
„ kruszyny	60.0	„ Frangulae
Kwiatu cierniowego	20.0	Fl. Pruni spin.
„ nagietka	20,0	„ Calendulae off.
Korzenia lukrecjowego	25,0	Rad. Glycyrrhizae
Ziela betoniki	25,0	Hb. Betonicae off.
Anyżu (przetłuczonego)	30,0	Fr. Anisi (contus.)

Wszystkie zioła drobno skrajane i wymieszane. Łyżkę stołową ziółek naparzyć na szklankę i wypić na noc.

Przy owrzodzeniu kiszek, powidła z jagód bzowych.

Dojrzałe jagody bzowe dobrze ugotować, przetrzeć od ziarnek i skórek, a otrzymaną miazgę wyparować jak powidła, dodając pod koniec parowania cukru.

Przyjmować 3 razy dziennie po łyżce stołowej.

Tutaj zwracam uwagę, że powidła, wyrabiane z jagód bzowych z cukrem, są znakomitym lekarstwem na owrzodzenie kiszek. Znam dwie osoby, wyleczone zupełnie a pozostawało im tylko poddać się ciężkiej i ryzykownej operacji. Używa się bzowych powidełek w tym wypadku, trzy razy dziennie po łyżce stołowej, smarując na czerstwą bułkę posmarowaną masłem.

140. **Sanicula europaea L.** (Umbelliferae) — *Żankiel zwyczajny.* ♃

Rośnie w lasach liściastych, gajach i zaroślach, na ziemi wilgotnej, urodzajnej, w całej środkowej Europie.

Względnie do wartości ziemi, wyrasta od 30—35 cm wysoko. Łodygę ma podnoszącą się, nieco gałęzistą. Liście korzeniowe szerokie, długoogonkowe dłoniasto na 3 klapki wcięte i spiczasto zakończone. Klapki te są ostroząbkowane, każdy zaś ząbek jest w szczecinkę wydłużony. Kwiatki drobne, białe, zebrane w 4—5 promienisty baldaszek, w czerwcu i lipcu. Owoc nie dzielący się, haczykowatymi szczecinkami uzbrojony.

Zbierać liście i kwitnące wierzchołki. Suszyć w cieniu, aby zachowały pierwotny kolor; więcej jest używany korzeń.

Zawiera: substancję gorzką, wyciągową, o działaniu nieco odurzającym, olejek lotny, żywicę, garbnik itd.

Zastosowanie: żankiel posiada własności moczopędne, wzmacniające, napotne i ściągające i używany jest w postaci naparu do picia (5,0—10,0 na litr) 3 razy dziennie po małej filiżaneczce, przy katarach dróg oddechowych, moczowych i osłabionym trawieniu, nalepiej dopełniając go innymi, przystosowanymi do potrzeby ziołami.

Wzór ziółek przy cierpieniach dróg oddechowych:

Korzenia żanklowego	20,0	Rad. Saniculae
„ biedrzeńca	20,0	„ Pimpinellae off.
Liści babki wąskolistnej	50,0	Fol. Plantag. lanc.
Ziela bukwicy	50,0	Hb. Betonicae off.
Liści fiołka wonnego	10,0	Fol. Violae odor.
Kwiatu dziewanny	50,0	Fl. Verbasci
Nasion anyżu	50,0	Fr. Anisi
Kwiatu ślazika leśn.	50,0	Fl. Malvae silv.

Korzenie przetłuczone, a liście i zioła drobno skrajane zmieszać razem. Naparzać 2 łyżki na 2 szklanki, osłodzić i pić 4 razy dziennie po pół szklanki.

141. **Saponaria officinalis L.** (Caryophylleae-Sileneae) — *Mydlik lekarski.* ♃.

Pospolita roślina po miedzach, polach ornych, pod płotami i parkanami, po ogrodach warzywnych i owocowych. Zwykle wyrasta gromadnie.

Korzenie posiada silnie rozwinięte, jasno-żółtawo-brunatne, wewnątrz białe oraz liczne łodygi podziemne, z których wyrastają łodygi bądź stojące, bądź podnoszące się. Liście jajowate lub szerokolancetowate, całobrzegie, równolegle nerwiste, nasadą łodygę obchwytujące. Kwiaty dosyć duże, czteropłatkowe albo pełne, białe albo też cieliste, pachnące. Nasiona czarne, podobne do czarnuszki. Kwitnie od czerwca do sierpnia. Smak korzenia najpierw słodkawokleisty, następnie drapiący, gorzko-cierpki.

Zbierać korzenie i łodygi podziemne od sierpnia do zimy i na wiosnę, skoro tylko zaczyna wychodzić z ziemi. Wykopane korzenie dobrze wymyć, bardzo drobno skrajać na świeżo i wysuszyć. Po wysuszeniu stają się bardzo twarde i trudne do skrajania.

Zawiera: saponinę, żywicę miękką itd. (Zmydlające własności korzenia mydlikowego znane były już Hipokratesowi w V w. przed Chrystusem i dotąd mydlik używany jest w przemyśle tkackim do odtłuszczania wełny).

Zastosowanie: korzeń mydlikowy działa na błony śluzowe dróg oddechowych i trawienia; ułatwia odrzucanie wydzielin i pobudza przemianę materii, uważany jest za czyszczący krew, przeciwreumatyczny itd. Stosowany bywa tylko w odwarze, lecz zawsze w połączeniu z innymi ziołami, dobranymi w odpowiednim kierunku np. przy nieżytach uporczywych dróg oddechowych w takiej proporcji, aby stanowił $^1/_{12}$ część ziół innych i tak:

Przy chorobach piersiowych:

A

Korzenia mydlikowego	10,0	Rad. Saponariae
Krzeciny pospolitej	10,0	Hb. Marrubii
Liści ślazowych	20,0	Fol. Althaeae off.
Ziela kurdybanku	10,0	Hb. Hederae ter. Glechoma
Korzenia lukrecjowego	10,0	Rad. Liquiritiae
Nasion anyżu	10.0	Fr. Anisi
Słodu jęczmiennego albo perzu	50,0	Malt. Hordei vel Rhiz. Graminis

Razem zmieszać. Na pół litra odwaru brać 2 czubate łyżki ziółek i pić po pół szklanki 4—6 razy dziennie. Można dolewać gorącego mleka i słodzić.

Na oczyszczenie krwi może posłużyć wzór następujący:

B

Korzenia mydlikowego	10,0	Rad. Saponariae
„ lukrecjowego	10.0	„ Liquiritiae
„ poziomkowego	10,0	„ Fragariae
„ łopianowego	10,0	„ Bardanae
Rozłogów turzycy piaskowej	20,0	Rhiz. Caricis
„ perzu	40,0	„ Graminis
Bratków polnych	20,0	Hb. Violae tric.

C

Bratków	50,0	Hb. Violae tric.
Liści orzecha włoskiego	50.0	Fol. Juglandis
Rozłogów turzycy piask.	15,0	Rhiz. Caricis aren.
Ziela nawłoci pospol.	15,0	Hb. Solidago Virgae aur.
Korzenia łopianu	25.0	Rad. Bardanae
Kwiatu cierni	25,0	Fl. Pruni spin.
Korzenia mydliku	20,0	Rad. Saponariae

Zmieszać razem. Odwar w stosunku 1 łyżki stolowej ziółek na szklankę pić 2—3 razy dziennie po szklance; dzieci 2 razy dziennie po pół szklanki. Można z mlekiem i cukrząc.

Przy gośćcu albo reumatyzmie podają taką kompozycję:

D

Korzenia mydlikowego	10,0	Rad. Saponariae
„ wilżyny ciernictej	10,0	„ Ononidis spin.
„ bzu czarnego	20,0	„ Sambuci nigri
Zielą bratków polnych	20,0	Hb. Violae tric.
Liści brzozowych	10,0	Fol. Betulae
Kwiatu tawuły łąkowej	30,0	Fl. Spiraeae
„ cierniowego	10,0	„ Pruni spin.
Kory wierzbowej	30,0	Cort. Salicis
Nasion anyżu	10,0	Fr. Anisi

Korzenie i korę bardzo drobno skrajać i przetłuc w moździerzu, również przetłuc anyż i zmieszać z drobno skrajanymi pozostałymi ziołami. Gotować odwar z czubatej łyżki na szklankę wody. Pić 2 razy dziennie po szklance.

142. **Scabiosa succisa** (Dipsaceae)) — *Driakiew podgryziona.* ♃

Zwana jeszcze „Piotruzielem" albo „Czartowym żebrem".

Rośnie na miedzach, wygonach, nad rowami, w miejscach nieco wilgotnych, przytrafiając się dosyć często. Jest podanie ludowe, że roślinie tej diabeł podgryzł korzeń przez złośliwość, aby ludziom za lekarstwo nie służyła.

Ziele to posiada korzeń twardy i jakby odgryziony. Łodyga stojąca, włoskowata, w górnej części nieco gałęzista. Liście podłużnie lancetowate, w obu końcach zwężone, całobrzegie lub nierówno piłkowane, z wierzchu prawie gładkie, od spodu omszone. Kwiatki o koronie fioletowobłękitnej, zebrane w główki, których jest najczęściej trzy, każda na wierzchołku łodygi głównej lub rozgałęzieniach. Kwitnie w sierpniu i wrześniu.

Zapachu nie ma, smak zaś ściągający gorzki.

Zbierać korzeń na początku jesieni, dobrze obmywać z ziemi i wysuszać. Korzeń ten jest z wierzchu brunatnawy, wewnątrz białawy.

Zastosowanie: Na wypędzenie nazewnątrz wysypek, np. odry zaziębionej, ospy itp., przy kaszlach i padaczce (konwulsjach). Zażywa się w odwarze korzeń driakwi sam albo z innymi właściwymi ziołami. Zewnętrznie odwar z 30,0 korzenia na litr wody, przy białych upławach do szprycowania, lecz z omanem, kobylakiem i szałwią.

Własności ściągające, napotne, ułatwiające odrzucanie flegmy.

Przy padaczce można zestawić taki wzór ziółek.

Wszystkiego po 50 g.

Ziela driakwi podgryzionej	Hb. Scabiosae succ.
Korzenia bylicy pospolitej	Rad. Artemisiae vulg.
„ lepiężnika	„ Petasitidis
„ bujanu lekarskiego	„ Paeoniae off.
„ kozłka lekarskiego	„ Valerianae
Jemioły	Viscum album
Kwiatu cierniowego	Fl. Pruni spin.

Naparzać pod przykryciem przez godzinę, biorąc 2 łyżki na 2 szklanki wody i wypić na 3 razy w ciągu dnia. Można słodzić.

143. **Sempervivum pectorum** (Crasulaceae) — *Rojnik czerwonawy.* ♃

Przytrafia się w dzikim stanie po wzgórkach piaszczystych, żwirowatych, często po murach i wietrzejących skałach, cmentarzach itd. Za czasów Karola Wielkiego zaczęto w Niemczech sadzić rojnik po dachach, gdyż wierzono że chroni budowlę od pioruna.

Roślina bezłodygowa, podobna z wyglądu do zielonej georginii z czerwonawoobrzeżonymi listkami (zielona georginia

nie ma płatków korony, lecz kielich, imitujący pełny kwiat). Liście lancetowate, mięsiste, wychodzące wielu rzędami różyczkowato z nikłego korzonka, a w lipcu i sierpniu wystrzela że środka mięsisty głąbik, gęsto listkami na podobiznę łuski okryty. Kwiaty 12-płatkowe, zewnątrz zielonawe, wewnątrz różowe, w wierzchołkowe i boczne grona zebrane.

Na użytek leczniczy idą liście w świeżym stanie, zatym dla potrzeb zimowych należy pewną ilość roślin zabezpieczyć suchymi liśćmi, aby po usunięciu ich w każdej porze można było dostać się do rojnika Kto chce, może posadzić sobie w doniczki po kilka roślin, trzymając na widnym oknie, w mieszkaniu niezbyt ciepłym i utrzymując raczej sucho, niż mokro.

Zawiera: wyciągową substancję ostrą, śluz, lecz bliżej skład nie zbadany.

Działanie: uśmierza kurcze, pędzi urynę i lekko ściąga; niektórzy twierdzą, że działa czerwiogubnie (truje robaki).

Zastosowanie: świeże ziele tłuką na miazgę, wyciskają sok i mieszają go z winem albo z osłodzoną wodą. Zażywają przy krwawej biegunce, rozwolnieniach, kurczach i cierpieniach pęcherza. (Środka tego nie zalecam).

Mieszanina soku, wyciśniętego z rojnika i soku z cytryny, ma być środkiem przeciwko piegom.

Miazgę z liści przykładają na oparzenia, zapalne oprzenia, odparzenia i różę na twarzy.

144. **Skórki pomarańczowe.**

W handlu wegetabiliami lekarskimi zwykle spotykamy skórki pomarańczowe zdjęte z owocu i wysuszone w całości. Takie skórki są bez wartości. Skórka zdjęta z pomarańczy

powinna być zaraz za świeża okrajana z miękisza i wtedy drobno skrajana, a po wysuszeniu zamknięta hermetycznie korkiem, żeby olejek się z niej nie ulatniał.

Skórki pomarańczowe miesza się do ziółek dla poprawienia ich smaku i wzmożenia samego nawet działania.

Są tacy, którzy zdjęte, obrane i pokrajane skórki nalewają w butelce spirytusem i z domieszką innych ziół. Nalewka taka stosuje się np. mały kieliszek, gdy ktoś przemarznie albo w razie boleści w żołądku.

Nadmiar skórek ładnie przygotowanych można zawsze sprzedać.

145. **Solidago Virgauroa L.** (Compositae) — *Nawłoć pospolita.* ♃

Zwana w wielu okolicach „prosianą włocią”.

Ziele to miało dawniej wielką wziętość w lecznictwie, szczególniej przy chorobach dróg moczowych i zwykłą koleją poszło w zapomnienie, przy naporze nowych środków lekarskich. Użycie u nas tego leku rozpowszechnili tatarscy i tureccy niewolnicy, brani podczas dawnych wojen Polski ze Wschodem.

W XIII wieku Arnoldus de Villanowa zalecał nawłoć pospolitą przeciwko kamieniom pęcherza.

Roślina dosyć pospolita w zaroślach, gajach na wzgórkach piaszczystych całej środkowej Europy, w Azji i Ameryce Północnej, w górzystych zaś okolicach występuje w odmianie Solidago minuta L. o niższym wzroście i większych kwiatach.

Dorasta do $^{1}/_{2}$ m wysokości. Łodygę ma stojącą, bruzdowaną, zwykle brunatnopurpurową, nieco gałęzistą. Liście do 10 cm długie i 3 cm szerokie, spiczaste i w ogonek zwęża-

jące się, na obwodzie szorstkie i piłkowane dolne jajowolancetowate, środkowe prawie lancetowate, siedzące, górne pospolicie całobrzegie, przy tym wszystkie z wierzchu zielone, od spodu jaśniejsze, siatkowatożyłkowane. Kwiatogłówki drobne, żółte, liczne tworzą wielkie grono, na wierzchołku łodygi osadzone. Kwitnie od lipca do września.

Świeże ziele posiada bardzo słaby zapach, ginący zupełnie po wysuszeniu. Smak gorzkawy, cierpko-ostry.

Zbierać gdy zaczyna kwitnąć, lecz nie przekwitujące i wysuszyć w cienu. Zrzynać górną część łodyg, zostawiając gruby badyl, który nie ma żadnej wartości.

Zawiera: ślady olejku lotnego, ciała garbnikowe, żywicę, śluz, zresztą bliżej nie jest zanalizowana.

Działanie moczopędne.

Zastosowanie: z nawłoci przyrządza się napar. Zażywa się, pijąc po filiżance 3 — 4 razy dziennie: przy zatrzymaniu uryny, przy kamieniach pęcherza i przy chorobach przewodu moczowego i wodnej puchlinie.

A

Nawłoci	50,0	Hb. Solidago Virgae aureae
Paprotki (korzeniaka)	20,0	Rad. Polypodii
Korzenia dzięglu	10,0	„ Angelicae
„ bzowego	20,0	„ Sambuci nigri

Zmieszać. Z 3 łyżek naparzyć 1 litr i pić po filiżance 3—4 razy dziennie.

W kompozycji z innymi ziołami, np. przy puchlinie wodnej, nawłoć pospolita daje jeszcze ziółka moczopędne według następującego wzoru:

B

Nawłoci pospolitej	30,0	Hb. Solidago Virgae aur.
Kory z korzeni bzu czarnego	10,0	Cort. Radicis Sambuci nigri
Korzenia lubiśniku	10,0	Rad. Levisticae
Tataraku albo jagód jałowca	10,0	„ Calami vel Fr. Juniperi
Liści ślazowych	10,0	Fol. Altheae
„ brzozowych	20,0	„ Betulae
Bratków polnych	10,0	Hb. Violae tric.

Zamiast lubiśniku można wziąć świeże nasiona pietruszki. Razem zmieszać i z 3—4 łyżek przygotować ¾ litra naparu. Pić 4—6 razy dziennie po małej filiżance. Można ocukrzyć lub zalać mlekiem albo jedno i drugie.

Właściwiej jest jałowiec gotować sam z wodą przez 15—20 minut bez nakrycia i szumując, wsypać do tego pozostałe części składowe ziółek, zestawić z ognia i nakryć, po przestygnięciu zaś przecedzić i dopiero używać. Idzie tu o to, aby nadmierna ilość olejku eterycznego z jałowca ulotniła się razem z parą wodną i żywica została usunięta przez zdejmowanie piany.

Inna kompozycja przy puchlinie wodnej:

C

Nawłoci pospolitej	15,0	Hb. Solidago Virgae aur.
Liści brzozowych	15,0	Fol. Betulae
„ mącznicy garbarskiej	15,0	„ Uvae ursi
Korzeni bzowych	25,0	Rad. Sambuci
Kolendru albo anyżu	5,0	Fr. Coriandri vel Fr. Anisi
Słodu jęczmiennego lub owsian.	25,0	Malt. Hordei vel Avenae

Zmieszać razem i ⅓ powyższej ilości naparzyć 1 litrem gorącej wody, przecedzić, dolać wodą albo mlekiem do litra i pić 4 razy dziennie po filiżance od czarnej kawy. Słód można zamienić perzem.

146. **Sorbus aucuparia** (Pomaceae) — *Jarzębina* (drzewo ogólnie znane). ±

Owoc jarzębiny po zupełnym dojrzeniu zrywać trzeba wcześnie, rozpostrzeć na strychu i poddać działaniu mrozu, aby stracił przykrą cierpkość i nabrał słodyczy. Jeżeli czekać zbyt długo ze zbiorem i nadejdą śniegi z mrozami, jagody jarzębiny wyjedzą ptaki.

Przemarznięte owoce jarzębiny suszy się w lekko ogrzanych piecach chlebowych albo suszarniach.

Kwiat jarzębiny zbiera się zaraz po rozwinięciu (nie czekając przekwitania) i suszyć starannie, aby nie sczerniał. Po wysuszeniu powinien być osmyknięty i przechowywany w suchym miejscu.

Zdarzyło mi się spotkać sporo osób, które pijąc naparzone jagody, inne — kwiat jarzębiny, w ziółkach leczyły się z kamieni żółciowych i doznawały wielkiej ulgi.

Ponieważ kilka osób wyleczonych nie może orzekać o wartości środka, gdyż wielu mógł on nie pomóc, przeto podaję dwie kompozycję ziółek z jarzębiną, zestawionych z doborem innych ziół, w tym wypadku stosowanych.

Ziółka z kwiatów jarzębiny przy kamieniach żółciowych:

A

Kwiatu jarzębiny	60,0	Fl. Sorborum aucup.
Ziela dziurawca kwitnącego	200,0	Hb. Hyperici
Rdestu ptasiego	140,0	„ Polygoni avic.
Melisy cytrynowej	25,0	Fol. Melissae limon.
Kory kruszynowej	30—40,0	Cort. Frangulae
Kwiatu kocanki piaskowej	15,0	Fl. Gnaphalii aren,
„ nagietka	15,0	„ Calendulae

Naparza się z łyżki ziółek ¾ szklanki wody, po 2 godzinach stania przecedza się i wypija taką porcję rano i na południe albo też 3 razy dziennie (przed albo po jedzeniu w pół godziny). Można słodzić.

B

Owocu suszonego róży polnej	50,0	Fr. Rosae Caninae
Kwiatu jarzębiny	50,0	Fl. Sorborum aucup.
„ cierniowego	25,0	„ Pruni spin.
Ziela dziurawca kwitnącego	160,0	Hb. Hyperici
Rdestu ptasiego	150,0	„ Polygoni avic.
Korzenia brodawnika	25,0	Rad. Taraxaci
Kory kruszynowej	30—40,0	Cort. Frangulae

(Ilość kory kruszcynowej można zmniejszyć, gdyby ziółka zbytnio rozwalniały). Napar może być słodzony. Użycie jak wymienione przy kompozycji A.

Ziółka według wymienionych przepisów pić należy przez trzy miesiące, pomimo ustąpienia bólów. Gdy kamienie odejdą, pić można tylko dwa razy dziennie.

147. **Spiraea Ulmaria L.** (Rosaceae-Spiracaceae) — *Tawuła łąkowa. Królowa łąk.* ♃

Często zwana jest jeszcze królową łąk — Regina pratensis, zielny gatunek tawuły, wyrastający najczęściej w różnych krzewach, przytrafiających się po łąkach i paśnikach.

Łodygę ma prostą, do 1 m wysoką, gładką, niekiedy czerwonawą, wyrastającą z ukośnego, zdrewniałego korzenia. Liście wielkie, nieparzystopierzaste; listki większe naprzemian z mniejszymi. Większe listki są szerokojajowate, bardzo spiczaste, podwójnie piłkowane, a wierzchołkowy największy, zwykle 3-klapkowy; mniejsze listki okrągłojajowate piłkowane, a wszystkie z wierzchu ciemnozielone, od spodu kutnerem białawym porosłe. W nasadzie głównego ogonka są dwa skośnojajowate i piłkowane przylistki. Kwiaty pachnące, żółtawobiałe, drobne, ale w dużą wiechę na wierzchołku łodygi zebrane. Kwitnie w czerwcu i lipcu.

(Przytrafia się odmiana powyższej z liśćmi od spodu gładkimi i zielonymi; jest to Spiraea denudata Presla, o własnościach tych samych).

Zbierać, liście z kwiatem i suszyć, aby nie sczerniały. Po wysuszeniu przechowuje się naczyniu zamkniętym. Niektórzy zbierają osobno liście i osobno kwiat (tak być powinno).

Zawiera w kwiatach: olejek lotny, garbnik, ciało wyciąg. gorzkie, kwas salicylowy itd. Liście skład mają zbliżony.

Działanie: moczopędne, napotne, przeciwgorączkowe, ściągające, wzmacniające i pobudzające narządy trawienia.

Zastosowanie: tawuła łąkowa w lecznictwie ziołowym cieszy się uznaniem. Napar z kwiatu albo liści z kwiatem, domieszki pączków brzozowyh i młodej kory wierzbowej po równych częściach, naparzana w stosunku 3 łyżek na $^{3}/_{4}$ litra pije się kilka razy dziennie po $^{1}/_{2}$ szklanki, przy gośćcu (łamaniu w kościach — reumatyzmie). Napar osładza się cukrem lub miodem.

A

Ziela bratków polnych	50,0	Hb. Violae tric.
„ tawuły łąkowej	50,0	„ Spiraeae Ulmaria
Liści brzozowych	25,0	Fol. Betulae
Ziela skrzypu	20,0	Hb. Equiseti arv.
„ dwuzębu trójdz.	25,0	„ Bidentis trip.
Kory wierzby czarnej	25,0	Cort. Salicis nigri
Korzenia żywokostu	25 0	Rad. Consolidae

Bardzo drobno skrajane zmieszać. Naparzać 2 łyżki na 2 szklanki. Zaparzyć wieczorem, postawić w ciepłym miejscu, a na drugi dzień wypić na 3 razy.

B

Turzycy piaskowej	75,0	Rhiz. Caritis aren.
Korzenia bzowego	30,0	Rad. Sambuci nigri
Strączyn fasoli tyczkowej	75.0	Folliculi Phaseoli
Kory wierzby czarnej	60,0	Cort. Salicis nigri
Kwiatu pomarańczy	20,0	Flor. Aurantiorum

Wszystko drobne. Naparzać i pić jak powyżej.

Przy białych upławach stosować ziele z kwiatem, korzeń omanu, kobylaku i szałwi po równych częściach zmieszane, zaparzając garść (15 g) na litr wrzątku, do szprycowania irygatorem.

148. **Spiraea Filipendula L.** (Rosaceae — Spiraeoideae) — *Tawuła główkorodna.* ♃

Ten gatunek tawuły przeważnie rośnie po suchszych trawiastych miejscach: na łąkach wyższych, po wzgórkach i nawet miedzach, lecz na ziemiach urodzajnych.

Przede wszystkim odróżnia się od poprzedzającego gatunku samym korzeniem, który posiada zgrubnienia bulwiaste, mniej więcej soczewkowate, w rodzaju wydłużonej cytryny, dosyć twarde, jakby drzewiaste, wewnątrz wypełnione brunatno-niebieskawą substancją, dosyć silnego i przyjemnego zapachu. Łodyga niższa od poprzedzającej. Liście nieparzystopierzaste, korzeniowe większe. Listki to naprzeciw to naprzemianległe, prawie pierzastosieczne, z wcięciami ząbkowanymi, a wcięcia te często na wierzchołku kupką włosów zakończone. Liście łodygowe podobne lecz drobniejsze i nieliczne. Kwiaty większe, jak u poprzedniego gatunku, słabo pachnące, w pączkach czerwonawe, a po rozwinięciu się białe. Kwitnie w lipcu.

Z b i e r a ć kwiaty świeżo rozkwitłe, liście w czasie kwitnienia, a zgrubiałe korzenie w jesieni.

Z a w i e r a mniej więcej to samo, co poprzednia, ale bulwiaste korzenie mają działanie o wiele silniejsze.

Z a s t o s o w a n i e to samo, jednak co do korzeni, uważając je za znacznie silniejsze w działaniu wskazałbym używanie w połowie tej ilości, co kwiatów lub ziela.

A Przy bólach reumatycznych i artretycznych.

Korzenia tawuły główkorodnej	40,0	Rad. Spiraea Filipendula
„ bzowiny	30,0	„ Sambuci nigri
Blizny kukurydzy	20,0	Stigmata Maydis
Korzenia mydlikowego	20,0	Rad. Saponariae
Łupiny fasoli tyczkowej	70,0	Folliculi Phaseoli
Liści borówki	40,0	Fol. Vitis Idaei

Drobno skrajane zmieszać. Naparzać dziś na jutro z 2 łyżek na 2 szklanki i wypić na 3 razy w ciągu dnia.

B

Ziela rdestu ptasiego	30,0	Hb. Poligoni avic.
„ witułki	30,0	„ Verbenae
Korzenia tawuły główkorodnej	40,0	Rad. Spiraea Filipendula
Pączków topoli	20,0	Gemmae Populi
Bratków polnych	60,0	Hb. Violae tric.

Drobno skrajane. Użycie jak wyżej.

W Pińszczyźnie bulwiaste korzenie tego gatunku tawuły lud pospolicie nazywa strojem bobrowym (prawdziwy strój bobrowy otrzymuje się ze zwierzęcia bobra) i używa przy różnych chorobach kobiecych, najczęściej nastawiając na wódce.

149. **Stellaria media (neglecta)** (Caryophyllaceae-Goździkowate) — *Mokrzyca, Muchotrzew, Gwiazdownica.* ⊙

Roślina roczna, często wyrastająca w ogrodach warzywnych, szczególniej na ziemi zasobnej w próchnicę i wilgotnej.

Łodygi posiada liczne, rozesłane, walcowate, w kolankach często czerwonawą obrączką oznaczone. Staw każdy oznaczony jest kosmatą, podłużną linią, naprzemianległą względem takiejże linii stawu następnego i to jest jej charakterystyczną cechą. Liście krótko ogonkowe, na górze przechodzące w bezogonkowe i jajowate, z obydwóch końców zwężone i tę-

po zakończone mniej więcej omszone, wodniste jak cała roślina. Kwiatki drobne, białe z płatkami gwiaździsto ułożonymi. Ziarnka brunatne, nieco spłaszczone.

Roślina soczysta bardzo delikatna i znana z tego, że zadają ją kanarkom i różnym śpiewającym ptakom do klatek na pokarm.

O ile gdzie rośliny tej nie wypielają, a rośnie na ziemi wilgotnej i rozściela się po ziemi, dochodzi rozmiarów rozpostartej parasolki.

Zbierać: gdy należycie wyrośnie, całe ziele, odrywając tylko korzonki.

Ze względu na dużą zawartość soku, mokrzycę trudno jest wysuszyć, przeto na kilka godzin najlepiej ją rozpostrzeć w słońcu np. na chruście, albo gdzieś na deskach i dopiero dosuszyć w cieniu na strychu.

Zastosowanie: przy hemoroidach, mieszając z dymnicą, korzeniami berberysu, brodawnika i zielem przetacznika. Wszystko może być po równych częściach:

Muchotrzewu	10,0	Hb. Stellaria media
Dymnicy	10,0	„ Fumaria off.
Korzenia berberysu	10,0	Rad. Berberis vulg.
„ brodawnika	10,0	„ Leontodon Taraxaci
Ziela przetacznika	10,0	Hb. Veronicae off.

Po równych częściach zmieszać. Naparzać długo, biorąc na 3/4 szklanki łyżkę tych ziółek i pić 2—3 razy dziennie po takiej ilości.

150. **Symphytum officinale L.** (Boragineae) — *Żywokost lekarski.* ♃

Wszystkim znana roślina, pospolicie wyrastająca na łąkach wilgotnych, nad brzegami rzek, lecz również i na miejscach suchszych, jak nad rowami, często po miedzach i pod płotami.

Korzeń brunatny, wewnątrz biały, mięsisty, śluzowaty, miękki. Łodyga zależnie od jakości ziemi 40 — 60 cm wysoka, gałęzista, soczysto-śluzowata, zielona, całkowicie okryta szorstkimi, jakby lepkawymi włosami. Liście dolne jajowolancetowate, ku górze przechodzące w lancetowate, zielone, miękkie, od spodu grubożyłkowane, szorstkowłosiste. Kwiaty dzwonkowate o koronie białej, lekko żółtawej, cielistej albo bladoliliowej, w grona jednostronne zebrane. Kwitnie od maja do sierpnia.

Smak ziela kleisto-cierpkawy; zapach przy roztarciu do złudzenia przypomina ogórek.

Zbierać korzeń kopać najlepiej latem, kiedy jest gorąco. Po wykopaniu dobrze umyć z błota i w całości rozpostrzeć na otwartym powietrzu albo w dobrze przewiewnym miejscu, dopóki nie zwiędnie i nie pomarszczy się. Wtedy drobno pokrajać w kostkę i dosuszyć ostatecznie, kładąc cienką warstwę na płótnach, papierach albo na czystej drewnianej podłodze, dla uniknięcia pobrudzenia. Można także dosuszyć żywokost w piecach po wyjęciu chleba, lecz blachy wysłać należy papierem i uważać aby się nie przypalił, a tylko wolno wysychał.

Lepszy jest do picia żywokost, gdy po przeschnięciu w całości zostanie obrany ze skórki dopiero pokrajany i dosuszony, i tak właściwie powinien być obrobiony. Wtedy daje nastój prawie bezbarwny i przyjemniejszy do picia.

Zawiera korzeń żywokostu: bardzo dużo śluzu, nieco garbnika, asparaginę i in.

Działanie. Jest to środek osłaniający albo powlekający, rozmiękczający, lekko ściągający i łagodzący. W pewnym stopniu posiada nawet własności moczopędne, przez swą zawartość asparaginy.

Zastosowanie. Odwar żywokostu jest bardzo cenionym środkiem przeciw wszelkim katarom dróg oddechowych, płuc, krtani, chrypkom itd. Przy tym jako znakomity środek powlekający i zwalniający rezorbcję[1]) żołądka, powinien być dodawany do leków, które potrzeba przeprowadzić do dolnych dróg trawienia albo narządów moczowych.

Jednakże, aby należycie wyzyskać korzeń żywokostu jako lekarstwo, należy odpowiednio przygotować z niego odwar, inaczej działa połowicznie albo jeszcze słabiej.

Umiejętne przygotowanie odwaru polega przede wszystkim na przetłuczeniu korzenia tak, aby ten był w kawałkach nie grubszych od grochu. Taki korzeń nalewa się gorącą wodą i stawia gdziekolwiek co najmniej na 4 a właściwie na 6 godzin, co pewien czas mieszając. Po upływie tego czasu nastój przecedzić. Otrzymany płyn powinien być gęsty, ciągliwy.

Jeżeli korzeń żywokostu wchodzi w skład ziółek, tj. ma być przyjmowany w kompozycji z innymi ziołami, wtedy i ziółka muszą być w ten sam sposób traktowane, inaczej bowiem żywokost nie wywoła żądanego skutku.

Wzór na ziółka przy zastarzałych chorobach dróg oddechowych i silnym zaflegmieniu:

A

Korzenia żywokostu (obranego)	75,0	Rad. Consolidis off.
„ omanowego	20,0	„ Inulae Helenii
Liści fiołka ogrodowego	5,0	Fol. Violae odor.
„ miodunki	25,0	„ Anchusae off.
Kwiatu nostrzyku	10,0	Fl. Meliloti off.
„ dziewanny	20,0	„ Verbasci
Słodu browarnego albo perzu	25,0	Malt. Hordei vel Rhiz. Graminis
Anyżu (nasion)	20,0	Fruct. Anisi

[1]) Strawienie.

B

Korzenia żywokostu	60.0	Rad. Consolidae
Nasion kozieradki (przetłucz.)	20,0	Sem. Foenigraeci
Korz. lukrecji	20,0	Rad. Glycyrrhizae glab.
Kwiatu dziewanny	20,0	Flor. Verbasci

Nalać 2 łyżki czubate pół litrem ukropu, pozostawić na 4 godziny, mieszając kilka razy. Przecedzić. Pić często po łyku, aby w ciągu dnia wypić. Kto jest w ruchu, może zlać płyn do butelki i z niej łykać (nosić w kieszeni).

Działa b. dobrze i przy długotrwałej chrypce, ciężkich zaflegmieniach itp.

Więcej śluzu i lepsze ma działanie żywokost kaukaski, ale ten trzeba uprawiać.

151. **Tanacetum vulgare L.** (Compositae) — *Wrotycz pospolity.* ♃

Wrotycz wyrasta dziko na rozmaitych pustkowiach po gruzach, na żwirowatych brzegach rzek, przy drogach, po miedzach, nasypach kolejowych, przeważnie trzymając się ziemi suchej i nieobrabianej.

Dorasta częstokroć do 80 cm wysokości i posiada liczne bardzo łodygi kanciastowalcowate, słabo w górnej części rozgałęzione. Liście naprzemianległe, ogonkowe, nieparzystopierzaste, złożone z listków lancetowatych, wycinano-piłkowanych, nasadami zrosłych, na powierzchni pokrytych pęcherzykami z olejkiem lotnym. Koszyczki kwiatowe, zebrane w obszerne baldaszkogrony. Zapach całej rośliny, a przede wszystkim kwiatów silnie korzenny, przypominający kamforę; smak gorzki, ostro korzenny. Kwitnie od lipca do września.

Z b i e r a się liście oraz górną i miękką część łodyg, osobno zaś kwiaty, albo też ścina się kwitnące wierzchołki

i dodaje do nich osmyknięte liście. Suszyć należy w cieniu, aby jak największą ilość olejku lotnego zachować.

Zawiera: olejek lotny (w większych ilościach abortivum), a w małych posiadający własności czerwiogubne, tanacetynę, podobną w działaniu do santoniny itd.

Własności: Działa podniecająco na trawienie, zabija robaki wewnętrzne, jest środkiem wiatropędnym i pobudzającym wydzielanie uryny.

Zastosowanie: W naparze z 10,0 na 1/2 litra wody i po parę filiżanek dziennie, w zastosowaniu do wyżej wymienionych własności. Miałko sproszkowane kwiaty zarobione miodem, dają dzieciom i osobom cierpiącym na robaki.

152. **Thymus Serpyllum L.** (Labiatae) — *Macierzanka pospolita.* [1])

Maleńki, ścielący się krzewek, bo zaledwie do 10 cm dorastający, pospolity tak u nas, jak w środkowej Europie, Azji oraz Ameryce Północnej, po wzgórkach słonecznych tworząc obszerne kępy.

Macierzanka posiada liczne odmiany, różniące się nieznacznie wyglądem i samym zapachem; odmiany te dawniej poczytywano za osobne gatunki.

Przy zmienności postaci macierzanka ma mniej lub więcej gałęziste łodyżki, liście rozmaite ale w ogóle drobne, eliptyczne, lancetowate lub jajowate, okrągłe, zwężające się przy ogonku, jasnozielone, zawsze całobrzegie, spodem bledsze i okryte gruczołkami oleistymi. Kwiaty w 4 — 8 rzekomych

1) Thymus vulgaris osobny gatunek rosnący dziko w południowej Europie i hodowany w środkowej do użytku lekarskiego pod nazwą Tymianku. Tymianek obecnie coraz więcej stosowany jest zamiast jodu.

okółkach tworzą kłosy. Korony szkarłatne różowe, rzadko białe. Kwitnie przez czerwiec i lipiec do jesieni. Zapach całego ziela silny, bardzo przyjemny; smak cierpki, korzenny.

(Najwięcej zasługująca na uwagę jest odmiana macierzanki — Thymus citriodorus Schreib. z zapachem przypominającym melisę lub cytrynę).

Zbiera się macierzankę w czasie kwitnienia i suszy w cieniu. Wysuszoną przechowywać należy w naczyniach zamkniętych.

Zawiera: olejek eteryczny, garbnik, ciało gorzkie, płnon, cimol, tymol.

Zastosowanie: Używa się do wzmacniających aromatycznych kąpieli, szczególniej dla osłabionych dzieci, wewnętrznie jako środek wiatro- i moczopędny, w ziółkach przy różnych dolegliwościach kobiecych, olejek zaś eteryczny do smarowań ze spirytusem. Kąpiele z macierzanki z domieszką mrówek, często lud stosuje przy reumatyzmie.

153. **Tilia europaea L.** (Tiliaceae) — *Lipa.* ±

Wszystkim znane wspaniałe alejowe drzewo, w niektórych miejscowościach Rosji tworzące lasy, eksploatowane w rabunkowy sposób na kwiat, drzewo, łyko i węgiel.

Lipa dorasta do 30-metrowej wysokości, rośnie rozłożysto i tworzy gęstą koronę. Pień dosięga niekiedy 5-u metrów w obwodzie i drzewo żyje do 1200 lat. Liście sercowate lub skośnie sercowate, spiczaste, piłkowane. Kwitnie w lipcu a niekiedy w końcu czerwca. Kwiaty zielonożółte, wyrastające po 5 — 11 z długiej szypułki, tworząc tarczowate podbaldaszki. Każdy kwiatostan posiada wydłużony eliptyczny, błoniasty przykwiatek. Owoc kulisty orzeszek, zawierający dużo tłuszczu.

Zbierać kwiaty zaraz po rozkwitnięciu, razem z szypułką i błotniastym przykwiatkiem (na żądanie same) Suszyć należy cienko rozpostarte w miejscu cienistym.

Zawiera lipa w kwiecie: głównie ślady olejku eterycznego (0,05%), śluz, garbnik itd.

Zastosowanie: napar kwiatu lipowego ma główne zastosowanie jako środek napotny, a przez to obniżający gorączkę, mogący zmniejszyć kaszel i ułatwić odflegmienie narządów oddechowych.

W lecznictwie stosowany bywa również przy chorobach pęcherza i nerek, atakach nerwowych i w ogóle jako środek uspokajający.

W celu wywołania potów przy zaziębieniach i gorączce, jak również przy kaszlu i katarze, lepiej działa, gdy zadawać go w następującej mieszance ziołowej:

Kwiatu lipowego	Flor. Tiliae
„ tawuły łąkowej	„ Spireae ulm.
Malin suszonych	Fruct. Rubi ideae
Słodu browarnego	Malt. Hordei
albo rozłogów perzu	vel Rhizoma Graminis

Wziąć wszystkiego po równych częściach i zmieszać. Naparzyć pod nakrywką 4 łyżki tych ziółek dwoma szklankami wody, wypić je na goraco (szklankę po szklance w godzinę) przed samym snem i bardzo ciepło się nakryć. Kto chce, może powyższy napar, już sam z siebie słodkawy, jeszcze oslodzić dowolnie cukrem lub miodem.

W zimnym stanie napar może służyć do picia dla chorych gorączkujących. Gdzie idzie o uczynienie odwaru kwaśniejszym, zamienić można część malin jagodami berberysu albo dolać do niego soku berberysowego, wreszcie wcisnąć odrobinę cytryny.

Węgiel lipowy, subtelnie sproszkowany, używa się wewnątrz po ½ łyżeczki od herbaty, trzy razy dziennie, przy zbytnim wytwarzaniu się gazów, czyli fermentacji gnilnej

w narządzie trawienia. Węgiel absorbuje gazy i działa przeciwgnilnie. Francuskie pastylki węglowe Belloc'a składają się właśnie z lipowego węgla sproszkowanego i sprasowanego.

154. **Trigonella Foenum graecum L.** (Papilionaceae) — *Kozieradka pospolita.* ⊙

Kozieradka lekarska albo Boża trawka.

W dzikim stanie rośnie na Wschodzie, w południowej Europie i północnej Afryce, lecz że się dobrze udaje w podniebiu środkowo-europejskim, hodowana jest w wielu miejscach, głównie zaś pod Erfurtem, gdyż nasiona mają szerokie zastosowanie w weterynarii. (Produkcja erfurcka nasion kozieradki wynosiła rocznie około 4000 centnarów).

Ziele o łodydze prostej, nieco gałęzistej, lekko omszonej, bruzdowanej, często pokładającej się, dochodzącej do 1/3-metrowej wysokości. Liście trójlistkowe osadzone na długich rynienkowatych ogonkach; ulistnienie ubogie. Listki podłużne - odwrotnie - jajowate, matowozielone, u wierzchołka tępe, całobrzegie. Przylistki łuskowate, omszone. Kwiaty pojedynczo w kątach liści wyrastające, motylkowate, żółtawobiałe, bezwonne, ukazują się stopniowo przez lato. Strąki szydłowate, długie, pogięte, żyłkowato-pomarszczone, zawierają po 12—20 nasion. Te są wydłużone, kańciastokończyste, jakby pręcik pokrajany nożem, żółtobrunatnawe, specyficznego zapachu i smaku gorzkawego, korzenno-śluzowatego.

Zbierać nasiona, gdy strąki poczynają żółknąć, dosuszać wyrwane, czy zżęte rośliny i omłacać, ziarno. Nasiona powinny doskonale wyschnąć po omłocie, zatem muszą dłuższy czas leżeć w suchym i przewiewnym miejscu, przy częstym szuflowaniu.

Zawiera kozieradka w nasionach: oleju tłustego do 6%, olejek eteryczny, nieco żywicy, śluz, białko itd.

Zastosowanie: odwar z przetłuczonych nasion piją przy chorobach płuc i śledziony (łyżeczka od herbaty na szklankę), a zewnętrznie służy do rozmiękczających kataplazmów.

W weterynarii nasiona kozieradki mają nierównie większe zastosowanie. Przy zołzach u koni doskonale działa następująca kompozycja:

A

Nasion kozieradki (miałko utłuczonych)	2,0	Sem. Foenigraeci (contus.)
Antymonu w proszku	1,0	Antimonii plv.
Jagód jałowcowych (potłucz.)	2,0	Fruct. Juniperi (contus.)

Zmieszać razem i dawać koniom z wilgotnym obrokiem 3 razy dziennie po czubatej łyżce.

Przy słabszym przebiegu zołzów wystarcza dawać tylko kozieradkę z jałowcem, a mianowicie:

B

Nasion kozieradki	2,0	Sem. Foenigraeci
Jagód jałowcowych	1,0	Fruct. Juniperi

Zmieszać i zadawać jak wyżej, z wilgotnym obrokiem.

Kozieradka wpływa bardzo dodatnio na osadzanie się tłuszczu i na intensywne wyzyskanie karmy, przeto ma ważne znaczenie dla gospodarzy rolnych przy tuczeniu trzody chlewnej.

Jeszcze jeden ważny użytek przedstawia dla gospodarzy kozieradka przy hodowli drobiu. Podnosi ona nieśność kur, zwiększa wagę jaj, a daje się w proszku w postaci klusek, mieszając do mąki zbożowej, zarabianej wodą lub serwatką.

Mówiąc o kozieradce, nie mogę pominąć kompozycji proszku, używanego dla podniesienia nieśności kur i wogóle ptactwa domowego, skład następujący:

C

Kości mielonych	3,0	Ossae plv.
Nasion kozieradki	6,0	Sem. Foenigraeci
Grzybów prawdziwych (sproszk.)	1,0	Fungus verus pulv. sicc.
Liści żywokostu	2,0	Fol. Consolidae

D

Nasion kozieradki	2,0	Sem. Foenigraeci
Kości mielonych	4,0	Ossae plv.
Siemienia lnianego	3,0	Sem. Lini
Mąki owsianej	2,0	Amylum Avenae

Proszek ten w stosunku łyżeczki na kurę miesza się z mąką i zarabia na twarde ciasto wodą albo mlekiem odtłuszczonym, robi z tego kluski i daje kurom 1—2 razy dziennie, jako dodatek do zwykłej karmy.

155. **Triticum repens L.** (Gramineae) — *Perz.* ♃

Najpowszechniejsza, wieloletnia trawa, niezmiernie trudna do wytępienia na polach uprawnych i zmuszająca rolnika do ciągłej z nią walki.

Perz jest plagą pól i ogrodów; można go porównać z tasiemcem w organizmie ludzkim, bo wysysa najlepsze soki z roli, ogładzając szlachetne rośliny, uprawiane przez człowieka. Gdyby jednakże wiedziano powszechnie, że perz dobrze wymyty i starannie wysuszony, następnie porznięty na sieczkę i zaparzony, daje znakomitą paszę dla krów dojnych i karmę dla świń, gospodarze z pewnością staranniej oczyszczaliby swe pola, przez co zyskaliby wartościową paszę i bogatsze plony.

Własności: lekko rozwalniające, moczopędne i sprowadzające przemianę materii, tj. czyszczące krew.

Zastosowanie: W lecznictwie mocny odwar perzu używany jest przy kaszlach, chorobach pęcherza i nerek, wątroby i śledziony.

Tak zwane u ludu zimne wrzody (furunkuły), czyli ustawicznie wyrzucające się rdzeniowate owrzodzenia, częstokroć po kilkanaście jednocześnie na ciele występujące i po

riodycznie pojawiające się, giną i nie powracają, gdy pić przez kilka tygodni, po parę szklanek dziennie mocnego odwaru perzu.

Dla dzieci skrofulicznych (guzowatych, cierpiących na różne wyrzuty i strupy), jak również rachitycznych (angielska choroba), odwar perzu jest dobrym lekarstwem i powinno się dawać go dzieciom rano i wieczór zamiast herbaty. Odwar z perzu jest słodki i przyjemny w piciu, dzieci się bardzo łatwo do niego przyzwyczajają, a przy tym można go mieszać z mlekiem.

Bardzo smaczna herbatka, tak dla dzieci jak i dorosłych, czyszcząca krew i wzmacniająca zarazem, otrzymuje się przez zmieszanie:

A

Rozłogów perzu	40,0	Rhiz. Graminis
„ turzycy piaskowej	40,0	„ Caricis
Bratków polnych	40.0	Hb. Violae tric.
Słodu browarnego albo owsian.	80,0	Malt. Hordei vel Avenae

Dla dzieci na szklankę łyżka, dla dorosłych dwie łyżki. Kto chce, może słodu wziąć owsianego zamiast jęczmiennego

Zastrzegam, że perz musi być wymyty do białości w zimnej wodzie, pokrajany drobno i dobrze wysuszony. Mycie odbywać się powinno szybko, aby woda nie ługowała perzu.

Dzieci słabo rozwinięte, łatwo podpadające różnym zasłabnięciom, rachitycznym (angielska choroba), zaleca się pojenie rano i wieczór, zamiast herbatą, następującymi ziółkami, osłodzonymi i dolanymi mlekiem:

B

Rozłogów perzu (drobno skraj.)	40,0	Rhiz. Graminis	(concis.)
„ turzycy piask. „	30,0	„ Caricis aren.	„
Liści orzecha włosk. „	20,0	Fol. Juglandis	„
Korzenia żywokostu „	20.0	Rad. Consolidae	„
Słodu jęczmiennego	40,0	Malt. Hordei	

Żywokost po ususzeniu powinien być obrany ze skórki i dopiero przetłuczony. Dwie łyżki ziółek nalać dwoma szklankami gorącej wody, przy mieszaniu pozostawić na 4 godziny, przecedzić i dawać do picia. Taki płyn jest nieco gęstawy.

W czasie głodów perz mielony mieszano do mąki i pieczono chleb. Domieszka perzu czyniła chleb pulchny i słodki.

Z perzu można także warzyć piwo, podobnie jak ze słodu; naturalnie, dodając chmielu i fermentując na drożdżach.

156. **Tussilago Farfara L.** (Compositae) — *Podbiał zwyczajny.* ♃

Wyrasta nad rowami, po miedzach, nad brzegami rzek, i strumieni, po nasypach ziemnych, zawsze gromadnie, przede wszystkim na ziemiach gliniastych.

Korzonki ma drobne, lecz łodygi podziemne, silnie rozgałęzione i dochodzące grubości ołówka. Liście prawie okrągłe, nieco ku wierzchołkowi zwężone, przy ogonku sercowatowcięte, mięsiste, zielone, spodem kutnerowatobiałe, wychodzące dopiero po okwitnieniu. Kwiatogłówki pełne, żółte, zawarte w czerwonawej kielichookrywie. Kwitnie w marcu i kwietniu przed ukazaniem się liści.

Zbierać liście latem i wysuszać, cienko rozpościerając pod dachem.

Zawiera:- gorycz i dużo śluzu.

Działanie rozmiękczające, ułatwia odrzucanie flegmy przy katarach narządów oddechowych, ma również działać na wątrobę (Bodard i Deschamps zalecali podbiał przy żółtaczce). Podbiał ma tę niższość w porównaniu z innymi śluzowatymi ziołami, stosowanymi przy chorobach narządów oddechowych (żywokost, ślaz, odgoryczony porost islandzki), że jest gorzki, co znów może być zaletą przy cierpieniach np. wątroby.

Zastosowanie: wchodzi w skład tak zw. ziółek piersiowych (Species pectorales), objętych wieloma lekospisami (podbiał, korzeń ślazowy, korzeń lukrecji, kłąb kosaćca, kwiat dziewanny, kwiat maku polnego i anyż gwiazdkowy, a w niemieckim lekospisie — zwyczajny).

Przy zaflegmieniu i kaszlu zażywają podbiał w naparze z 10,0 na szklankę wody, sam jednakże nie może działać tak, jak w połączeniu z innymi ziołami, w tym wypadku stosowanymi.

Liści podbiału	20,0	Fol. Tussilago Farfarae
Korzenia żywokostu	20,0	Rad. Consolidae
„ kosaćca	10,0	„ Iridis
„ lukrecji	40,0	„ Glycyrrhizae
Ziela płucnika	20,0	Hb. Pulmonariae off.
„ babki wąskolistnej	10,0	„ Plantaginis lanceolatae

Wszystko drobno skrajane. Nalać 3 łyżki czubate litrem gorącej wody, zamieszać kilka razy, przecedzić i pić po niepełnej filiżance 5 razy dziennie.

157. **Urtica dioica L.** (Urticaceae) — *Pokrzywa zwyczajna.* ♃

Napotykamy wszędzie pokrzywę parzącą pod parkanami, murami, po rowach, zapuszczonych miejscach ogrodów, na gruzach i śmietniskach, lecz tylko na ziemi urodzajnej, przy czym szczególniej silnie wyrasta na gruncie bogatym w próchnicę i wilgotnym. Zwykle bytuje gromadnie, wydaje bowiem liczne wypustki i wyrasta z nasion.

W dobrych warunkach wyrasta na 1 m, a nawet i wyżej. Łodygi ma pojedyncze, tj. nie rozgałęzione i gęsto pokryte, podobnie jak i liście sztywnymi, parzącymi włoskami, przy najlżejszym dotknięciu natychmiast przenikającymi w skórę i wywołującymi palenie. Włoski te w swym komórkowym soku zawierają kwas mrówczany i prawdopodobnie jakiś jeszcze jad.[1])

[1]) Na wyspie Timor jest osobliwy gatunek pokrzywy — Urtica urentissima Bl., parząca bardzo niebezpiecznie. Przede wszystkim oparzenia nią powoduje straszne cierpienia, miejsce oparzone puchnie, następuje paraliż danego członka i człowiek w męczarniach umiera. Niemożliwe do przetrzymania cierpienia częstokroć trwają miesiące i człowiek wytrzymać ich nie może. (H. Baillon str. 786 i R. Schimpfky rośl. 18).

Liście wydłużone, sercowate, ostrokończyste, na brzegu piłkowane, ciemnozielone, o powierzchni groszkowato-nierównej, od spodu żylaste. Kwiaty jednopłciowe, drobne, żółtozielonawe, w gronach wierzchołkowatorozgałęzionych, parami z kątów liści wyrastające. Kwitnie w lipcu i sierpniu.

Zapachu nie posiada; smak nieco gorzkawy, jakby kleisto - słonawy i nieco cierpki.

Zbierać liście od wiosny i przez całe lato, a niekiedy i kwiaty, lecz osobno. Suszyć należy jedne i drugie starannie, aby nie sczerniały. Korzenie zbiera się wcześnie na wiosnę albo późno jesienią.

Zawiera w liściach: kwas mrówczany, dużo chlorofilu itd.

Działanie. Świeży sok, wyciśnięty z pogniecionych liści, zalecany jest do picia przez francuskich lekarzy jako środek tamujący krwotoki płucne, hemoroidalne i nadmierną menstruację. Odwar z liści ma podobne działanie zbliżone do soku. W odwarze również liście pokrzywy niekiedy stosowane bywają na pobudzenie wydzielania się uryny, więc jako środek moczopędny. Kwiat ma mieć również moczopędną własność. Korzenie pokrzywy wzniecają popęd płciowy i w tym celu używane są dla krów, jak również w bardzo małej ilości dla kur nieśnych.

Zastosowanie: w lecznictwie ludowym odwar z liści używany jest do picia przy zaflegmieniu dróg oddechowych, przy pluciu krwią, przy dyzenterii, żółtaczce, febrze i wodnej puchlinie. Dla przygotowania naparu bierze się 15,0 liści na 2 szklanki ukropu.

Nalewkę z korzeni pokrzywy (1 część korzeni i 3 cz. mocnej wódki) zalecają na porost włosów. Miesza ją się z dwoma częściami wody i tym naciera skórę na głowie. Liście

świeże nastawione na mocnym spirytusie, używane są do wcierania przy reumatyzmie.

Na wywołanie popędu płciowego u krów nadaje się 100,0 sproszkowanego korzenia pokrzywy, w dwóch dawkach co kilka godzin albo też sporządza się z niego odwar i daje krowie wypić.

W celu pobudzenia kur do nieśności, daje się korzeń pokrzywy z kozieradką (lecz wtedy, gdy przerwa w niesieniu trwa zbyt długo, kura zaś posiada wszelkie warunki, aby się niosła (patrz kozieradka).

Zmieszane z nieznaczną ilością mąki i zagniecione w kluski, w ilości sproszkowanej ½ łyżeczki od herbaty daje się kurom codziennie (przez 3—4 dni).

158. **Urtica urens** (Urticaeae) — *Żegawka.* ⊙

Ten gatunek pokrzywy jest tylko roczny, to znaczy, że corocznie musi się wysiewać.

Wyrasta żegawka wszędzie pod płotami, gdzie jest lepsza ziemia i nieco wilgoci.

Tym się różni od pokrzywy zwykłej, tj. wieloletniej, że do góry nie wyrasta, ale rozkrzewia się, rozgałęzia i parzy silniej od zwykłej, wysoko wyrastającej.

Jako lek zalecany jest wewnętrznie do picia i ma pomagać nawet w paraliżu. Nie miałem sposobności sprawdzić tego osobiście, ale zalecam do sprawdzenia jako napój, robiony z suszonego ziela naparzanego.

159. **Vaccinium Myrtillus L.** (Vacciniaceae) — *Czernica. Czarna Jagoda.* ~

Niski krzewek, bo wyrastający najwyżej do 30 cm wysokości, na zimę opadający z liści, zarastający całe przestrzenie lasów Europy oraz środkowej i północnej Azji.

Łodyga zielona, gałęzista, bruzdowana; liście jajowate, tępo kończyste, prawie całobrzegie tak nieznacznie ząbkowa-

ne, z obu stron jasnozielone, od spodu grubożyłkowane, ogonkowe, naprzemianległe. Kwitnie w maju. Kwiaty dwupłciowe, nadzawiązkowe, o koronie zielonawo-różowej, pojedynczo z kątów liści młodych gałązek wychodzące. Owoc, kulista czarna jagoda z niebieskim nalotem.

Zbierać zupełnie dojrzałe jagody i suszyć w piecach po chlebie albo w suszarniach. Niekiedy zbierane są także i liście, które suszyć należy w cienistym miejscu.

Zawiera czernica w jagodach: barwnik czerwonofioletowy, cukier, ciała pektynowe, gumę, garbnik, kwas jabłkowy, cytrynowy itd.; w liściach — kwas garbnikowy i chinowy.

Działanie chłodzące i ściągające.

Zastosowanie: odwar z liści wzmacnia pęcherz, w kompozycji zaś z innymi ziołami stosowany bywa przy cukrzycy (cukrowej chorobie) i sklerozie[1]) (zwapnieniu naczyń). Odwar z jagód suszonych, przecedzony od ziarnek i łupin, jest bardzo dobrym lekarstwem przeciw rozwolnieniu i dyzenterii. Przy dyzenterii czarne jagody działają jeszcze lepiej, gdy gotować je że skórkami orzecha włoskiego, korzeniem pięciornika i poziomki w proporcji następującej:

A

Czarnych jagód (suszonych)	40,0	Fr. Myrtyllorum
Skórek orzecha włoskiego zielonych (suszonych)	5,0	Cort. fr. Junglandis
Korzenia pięciornika (kurzego ziela)	10,0	Rad. Tormentillae
„ poziomkowego	50,0	„ Fragariae

Skórki i korzenie przetłuc i razem wszystko zmieszać. Gotować odwar z 20,0 na 1 litr wody. Pić po małej filiżaneczce co 2 godziny (dla dorosłych i dorastających). Dla dzieci, stosownie do wieku, stopniowo zmniejszać dozę. Odwar ten można słodzić cukrem.

---

[1]) Patrz: Świetlik lekarski.

Przy rozstroju i rozwolnieniu dobrze działa następująca nalewka, sporządzona na słabej wódce:

B

Zielonych łupin orzecha włosk.	50,0	Cort. fr. Juglandis
Czarnych jagód (suszonych)	30,0	Fr. Myrtillorum
Skórek pomarańcz. obranych	5,0	Cort. Aurantiorum
Korzenia poziomkowego	10,0	Rad. Fragariae
Nasion anyżu	10,0	Fr. Anisi

Skórki drobno pokrajać, korzeń poziomkowy przetłuc. Nalać na to litr 40⁰ wódki.

Przy kilkakrotnym zmąceniu pozostawić nalewkę w ciepłym miejscu na 8 dni, po czym zlać, osad odcisnąć i przepuścić przez watę hygroskopijną. Dodać 30,0 cukru. Używać po kieliszku w razie potrzeby.

Głośny w ostatnich czasach przed upadkiem cesarstwa rosyjskiego — szarlatan, chłop syberyjski Rasputin, zyskał sobie ogromny wpływ na dworze Mikołaja II przez wyleczenie cesarzewicza Aleksego z dyzenterii. Gdy żadne lekarstwa nie pomagały. Rasputin wyleczył chorego odwarem czarnych jagód z pięciornikiem i to stało się początkiem jego zgubnego wpływu na losy państwa.

160. **Vaccinium vitis idaea L.** — *Borówka.* ♃

Mały krzewek, tworzący po lasach częstokroć zarośla do 15 cm wysokie i pokrywające większe przestrzenie.

Liście eliptyczne, całobrzegie, zupełnie gładkie, kwiaty białe. Owoc jagoda kulista, po dojrzeniu czerwona. Sok bezbarwny.

Jagody powszechnie zbierane są do smażenia w cukrze na powidła, używane do mięsa. W dojrzałym stanie borówki bywają przerabiane na białe wino, dodając do fermentowania cukru.

Z borówki do użytku lekarskiego idą liście suszone, jako środek napotny i moczopędny. Zalecane są również przy mieszankach od dusznicy.

Artykuł cieszący się uznaniem w ziołolecznictwie.

Liście borówki po wysuszeniu powinny być zielone, a żółte i sczerniałe poodrzucać.

161. **Valeriana officinalis L.** (Valerianeae) — *Kozłek lekarski.* ♃

Gatunkowa nazwa tej rośliny pochodzi od łacińskiego wyrazu „valere" — być zdrowym, co już samo dowodzi uznania dla tej rośliny.

Wyrasta na wilgotnych i błotnistych miejscach całej Europy, północnej Azji i Japonii, wszakże za wyłączeniem mokradeł kwaśnych, torfiastych. Można kozłek znaleźć po łąkach, rowach, nad brzegami wód, po lasach i zaroślach.

Roślinę tę opłaca się bardzo uprawiać na żyznych, pulchnych i wilgotnych ziemiach, gdzie karpy jej dochodzą do wielkich rozmiarów i hodowla przynosi duże zyski. To też uprawą waleriany, ze względu na wielkie jej zapotrzebowanie, zajmują się Niemcy, Holandia, Anglia (okolice Chesterfield) i Stany Zjednoczone Ameryki Północnej (Vermont, New-Hampshire i New-Hampshire i New-York). Zalecić też należałoby tę uprawę i naszym rolnikom, biorącym się do wszystkiego zawsze jako ostatni.

Dziko rosnący kozłek posiada bardzo nikły i mało rozgałęziony korzeń, lecz w dobrej uprawie ten się rozrasta na podobiznę sutego kropidła. Naodwrót łodyga dziko rosnącej waleriany szczególniej w cieniu, często wybiega na 1 metr wysoko, gdy uprawianej dochodzi zaledwie do 70 mm, więcej bowiem rozrasta się w korzeń.

Łodyga waleriany jest pusta wewnątrz, nieregularnie karbowana, zielona, zwykle nie rozgałęziająca się. Liście długie, pojedynczo-pierzasto-sieczne, zielone, gładkie, ogonkiem pazuchowato łodygę obchwytujące. Listki (działki właściwiej) w liczbie 4—11 par i jednego listka, są lancetowate, linijnolancetowate i wreszcie linijne (w miarę zbliżania się ku górze), gruboząbkowane lub całobrzegie. Kwiaty pachnące miodem, dwupłciowe, drobne, podzawiązkowe, białe lub cieliste, zebrane w podbaldaszki tarczowate. Korona 5 razy wcięta, a kielich z początku nikły, zamienia się na wierzchołku nasienia w pióropusz dziesięcio-promienisty. Owoc (nasienie) płaski, wydłużonodzbanuszkowaty, z jednej strony 3, a z drugiej jednożebrowy, po dojrzeniu żółtawoszary.

Kwitnie w czerwcu i lipcu. Roślina posiada kilka podedmian.

Cała roślina z wyjątkiem kwiatu nie ma zapachu, świeży korzeń czuć tylko błotem, lecz gdy podsycha nabierać zaczyna zapachu, który po wysuszeniu występuje w całej pełni. Zapach ten jest silny (dla jednych przyjemny, dla innych wstrętny); smak z początku słodkawy, później gorzkawy, ostro-korzenny.

Z b i e r a ć całe karpki ze wszystkimi korzeniami, wymywać z błota (ziemi) i suszyć w przewiewnym i cienistym miejscu. Kto chce, może do suszenia nawlekać karpki. Wysuszony korzeń uprawianej waleriany ma większą wartość od dzikiego.

Z a w i e r a korzeń walerianowy z ważnych składników: 0,4—1,2% olejku eterycznego (korzennego, ostropalącego smaku) i 0,5 — 1,4% kwasu walerianowego. Kwas walerianowy posiada silnie kwaśny, piekący smak i zapach starego sera.

Z a s t o s o w a n i e: korzeń waleriany, jak i różne preparaty z niego wyrabiane, używane są przeciwko rozmaitym

cierpieniom nerwowym, jako środki uspokajające, przeciwkurczowe i przeciwkonwulsyjne. Również stosowane są w celu pobudzenia serca, szczególniej przy zemdleniach. Waleriana używana jest także przy różnych chorobach kobiecych i przy dolegliwościach podczas ciąży.

Używa się korzeń walerianowy w naparach, wyciągach, proszku, nalewce spirytusowej i spirytusowo-eterycznej, a także w różnych chemicznych połączeniach.

Waleriana zalicza się do najwięcej używanych środków lekarskich, zatem jest pierwszorzędnym artykułem aptecznym. Podczas wojny światowej było tak wielkie zapotrzebowanie korzenia walerianowego, że uprawą kozłka zajmowało się w Niemczech ministerstwo wojny i plantacje tej rośliny obrabiało wojskiem.

To też krople walerianowe znajdować się powinny w każdym domu, w każdej rodzinie, aby były natychmiast pod ręką w razie jakiegoś nagłego wypadku, często bowiem od ich szybkiego zażycia zależeć może uratowanie kogoś od śmierci.

Napar korzenia waleriany robi się w ten sposób, że grubo przetłuczony korzeń nalewa się wrzątkiem, dobrze nakrywa i pozostawia w ciepłym miejscu (nie na ogniu) na 20 — 30 minut, po czym zlewa albo cedzi. Do wewnątrz wystarcza brać 5,0 korzenia na szklankę wody, do wlewek zaś tj. lewatyw albo irygacji, 2 — 3 razy więcej.

W naparze do wewnątrz (tj. do picia) stosuje się walerianę przy różnych zaburzeniach nerwowych i kurczach: żołądkowych, gardlanych, macicznych, przy padaczce (epilepsji) i atakach histerycznych, wreszcie przy osłabieniu działalności serca i upadku sił (przy durze, tj. tyfusie, zapaleniu płuc itd.). W tych wypadkach stosują się również i wlewki z waleriany.

Dłuższe użycie wewnątrz waleriany oddziaływa niekorzystnie na trawienie, zatem używać ją trzeba z przerwami, tj.

w miarę tylko potrzeby i przerywać użycie, gdy ta potrzeba minie.

Dla osób zdenerwowanych, zapadających w nadmierną lękliwość, nadczułość albo posępność, lepiej dawać walerianę w mieszance z innymi ziołami, jak z przetacznikiem (Veronica), kwiatem krwawnika (Achillea Millefolium), lebiodką (Origanum vulgare) itp.

Wlewki lepiej działają, gdy do waleriany dodaje się rumianek i miętę albo zamiast tej ostatniej — melisę.

162. **Verbascum Thapsus L.** (Scrophularineae — Verbasceae) — *Dziewanna wiązkowata.* ⊙

Gatunek powyższy, jak również: Verbascum thapsiforme i Verbascum phlomoides, dostarczają kwiatu dziewannowego, znajdującego się w aptekach, np. Flores (a właściwiej corollae) Verbasci, wchodzącego w skład ziółek piersiowych (Species pectorales).

Wszystkie trzy gatunki są roślinami dwuletnimi, łodygę mają pojedynczą, lecz w lepszej ziemi nieco rozgałęziającą się w górnej części i dochodzącą niekiedy do wysokości 1½ metra.

Dziewanna wiązkowata albo lekarska ma liście korzeniowe największe, do 30 cm długie i ku górze zmniejszające się, wszystkie gęsto szarym włosem okryte, w dotknięciu miękkie, pluszowe, jedwabiste, dolne zwężające się w ogonek, lecz górne spiczaste, nasadą łodygę obchwytujące. Kwiaty w zwarty bardzo długi kłos wierzchołkowy zebrane, od dołu ku górze stopniowo rozkwitające, o koronach dużych, żółtych.

Pozostałe dwa gatunki są podobne i odróżniają się tylko subtelnymi cechami botanicznymi, co dla czytelnika nie ma znaczenia.

Kwitną powyższe gatunki od czerwca do końca lipca.

Zbiera się do leczniczych celów same korony kwiatowe, wyskubując je z kłosów. Zbiór powinien mieć miejsce w dni pogodne, słoneczne, po obeschnięciu rosy przed jej pojawieniem się wieczornym. Wyskubywane korony kwiatowe luźno rzuca się do kosza (nie ugniatając) i zaraz bardzo cienko rozpościera na słońcu, aby schły jak najszybciej. Kto ma suszarnię, najpiękniej może je wysuszyć, idzie bowiem o to, aby po wysuszeniu nie zmieniły koloru, tj. pozostały żółte jak świeże. Wysuszony kwiat ubija się mocno w słojach, czy blaszankach i szczelnie zamyka.

Właściwie przed zachowaniem powinno się kwiat dziewanny odsiać na sicie, aby usunąć drobniutkie włoski, przy piciu odwaru dostające się do gardła, co sprawia łechtanie i kaszel. Jeżeli się tego nie zrobi, odwar należy cedzić przez płótno, na którym włoski pozostaną.

Własności: osłaniające albo powlekające, rozmiękczające, łagodzące, napotne, ułatwiające oddzielanie flegmy itd.

Zastosowanie: odwar albo napar z koron kwiatowych dziewanny (5,0 na szklankę wody) pije się przy katarach dróg oddechowych, dychawicy, przy chorobach śledziony i wątrobie.

Nierównie lepiej działa, gdy przy chorobach dróg oddechowych kwiat dziewanny dawać w mieszance ziołowej, następującej:

A

Kwiatu dziewanny	50,0	Fl. Verbasci
Liści ślazowych	20,0	Fol. Althaeae off.
Kwiatu maku polnego	20,0	Fl. Papaveris
Liści fiołka wonnego	10,0	Fol. Violae odor.
Ziela rosiczki okrągłolistnej	10,0	Hb. Droserae rot.
„ bukwicy	20,0	„ Betonicae
Nasion anyżu siewnego	20,0	Fr. Anisi

Drobno skrajać, anyż przetłuc i zmieszać razem. Zaparzać łyżkę na 3/4 szklanki wody i pić po takiej ilości 3 razy dziennie. Ziółka powyższe można dowolnie słodzić cukrem.

Gdy cierpieniu dróg oddechowych towarzyszy krótki oddech, dychawica, wtedy skład ziółek się zmienia, a mianowicie:

B

Kwiatu dziewanny	30,0	Fl. Verbasci
Liści ślazowych	20,0	Fol. Althaeae off.
Kwiatu maku polnego	10,0	Fl. Papaveris
Liści fiołka wonnego	10,0	Fol. Violae odor.
Jagód szakłaku	20,0	Fr. Rhamni cath.
Ziela szanty	30,0	Hb. Marrubii vulg.
Nasion anyżu	30,0	Fr. Anisi
Poziewnika wielkokwiatowego	30,0	Hb. Galeopsidis grandifl.

Jagody szakłakowe i anyż przetłuc w moździerzu i wszystko razem zmieszać. Napar przygotowywać z łyżki na 3/4 sklanki wody i pić jak wyżej.

Miałko tłuczone korzenie dziewanny jednolitej (zebrane w pierwszym roku jesienią i wysuszone) domieszane do mąki razowej i zagniatane na kluski, nadzwyczajnie mają przyspieszać tuczenie się drobiu, osobliwie kur, co nie jest obojętne dla gospodyń wiejskich. (Do sprawdzenia).

Sproszkowane nasiona dziewanny, zarobione z niewielką ilością mąki i wody na twarde ciasto i w postaci klusek rzucane do wody, usypiają ryby (lecz tylko białe); które spływają na powierzchnię wkrótce po połknięciu klusek. Zatem nasienie dziewanny ma podobne działanie, jak Coculus indicus. Ten sposób łowienia ryb jest wzbroniony przez prawo, gdyż prowadziłby do zupełnego wyniszczenia pewnych gatunków.

Liście dziewanny posiadają własności rozmiękczające i w ziółkach używane są do picia przy chorobach dróg oddechowych, jak również do łagodzących wlewek.

Zbieranie koron kwiatowych dziewanny nie wpływa ujemnie na wydawanie nasion.

W aptekach korony kwiatowe dziewanny są utrzymywane pod nazwą Flores Verbasci.

163. **Verbena officinalia L.** (Verbenaceae) — *Witułka lekarska.* ♃

Zwykłe ziele wieloletnie, czasami jednak bywa dwuletnie.

W dzikim stanie wyrasta zwykle blisko siedzib ludzkich pod płotami, przy drogach, na zaniedbanym gruzie itp.

Ma łodygę stojącą, sztywną, gałęzistą, kątowatą, dorastającą niekiedy do 75 cm. Łodyga ta jest okryta gruczołkami i krótkimi szczeciniastymi włoskami, nadającymi jej szorstkość. Ulistnienie naprzeciwległe. Liście wydłużone, w nasadzie zwężające się, wcinano-ząbkowane, lekko pomarszczone, na brzegu szorstkie. Dolne częstokroć mają dwa głębokie wcięcia, tak że czynią je podobnymi do trzyklapkowych. Najwyższe bez żadnych wcięć i ząbków. Kwiaty drobne, różowawe albo liliowe, rzadko osadzone, tworzą długie, wierzchołkowe, sztywne kłosy. Kwitnie w sierpniu i wrześniu.

Ziele bezwonne, przy żuciu liści w smaku ściągające.

Zbierać liście i miękkie rozgałęzienia, gdy do połowy zakwitnie. Suszyć należy w cieniu, aby ziele nie zblakło od słońca.

Zawiera: garbnik wyciągowy, śluz, dalszy zaś skład mało zbadany.

Zastosowanie: tylko w lecznictwie, wchodzi jednak w skład wielu kompozycji ziołowych, tak masowo zagranicą wyrabianych. Stosuje się przy cierpieniach wątroby, śledziony, nerek i macicy, przy zbyt małych odpływach miesięcznych u kobiet, wreszcie przy ogólnym osłabieniu, czy to po przejściu ciężkiej choroby czy też z małokrwistości. Spotykałem się również ze stosowaniem witułki przy krztuścu (kokluszu).

A Przy błednicy:

Ziela witułki	30,0	Hb. Verbenae off.
„ tysiącznika	30,0	„ Centaurii
Kwiatu rumianku rzymskiego	20,0	Flor. Chamomillae rom.
Skórki pomarańczowej	20,0	Cort. Aurantiorum
Ziela bożodrzewu	30,0	Hb. Artemisia Abrotani

Zmieszać. Z łyżki naparzać szklankę i wypić na 2 razy.

B

Liści pokrzywy	15,0	Fol. Urticae
Ziela witułki	30,0	Hb. Verbenae
Owocu róży	60,0	Fr. Rosae caninae
Ziela kardybenedykty	20,0	Hb. Cardui benedicti
Nasion anyżu	15,0	Fruct. Anisi

Zmieszać. Użycie to samo.

W starożytnym Rzymie i Grecji witułka należała do wybranych roślin na ziemi, otaczana była czcią i uważana za świętą. Miotełek z niej robionych używano do omiatania z krwi ofiarnych zwierząt na ołtarzu Jowisza. Z witułką w ręku lub na głowie szli do obcych narodów posłowie rzymscy, aby im zwiastować wojnę czy pokój, gdyż roślina ta miała przywilej nietykalności osób, które ją nosiły. Przypisywano też witułce wielostronną moc leczniczą i stosowano ją w najrozmaitszych chorobach. Magia, szeroko uprawiana w starożytności, a następnie w Niemczech, przypisywała witułce czarodziejską siłę i posiłkowała się tą rośliną w swych ciemnych praktykach.

164. **Veronica officinalis L.** (Scrophularineae) — *Przetacznik lekarski.* ♃

Rośnie po gajach, zaroślach, nad brzegami lasów i polanach leśnych, ścieląc się po ziemi i czepiając jej drobnymi korzonkami, wyrastającymi z dolnej części łodygi.

Łodyga ta jest walcowata, zielona i jak liście pokryta szorstkawym owłosieniem. Liście dolne mniejsze, górne większe, odwrotniejajowate lub też odwrotnie-jajowo-podłużne, tępo zakończone, w nasadzie całe i klinowate, dalej nieregularnie piłkowane. Kwiaty o koronach bladobłękitnych lub cielistych ciemniejszymi liniami smugowanych, zebrane w nieliczne grona z kątów liści wyrastające. Przysadki kwiatowe bardzo wąskie, przeszło dwa razy dłuższe od szypułek. Torebka nasienia odwrotnie sercowata, omszona, płaska, u góry wcięta.

Kwitnie od czerwca do sierpnia.

Zbierać ziele kwitnące i wysuszać w cieniu, rozkładając cienko, żeby nie sczerniało.

Zawiera śluz, gorzknik wyciągowy; bliżej skład nie jest zbadany.

Zastosowanie: wchodzi w skład bardzo wielu kompozycji ziołowych, wyrabianych za granicą, jako środek lekko podniecający, działający łagodząco przy katarach dróg oddechowych i narządów moczowych i wysypkach skórnych, pochodzących ze krwi.

W leczeniu tzw. majowym, czyli wyciśniętymi sokami ze świeżych roślin zalecany jest przetacznik przy chorobach płucnych i podagrze.

165. **Viola odorata L.** (Violaceae) — *Fiołek pachnący.* ♃

Dosyć rzadko przytrafia się w dzikim stanie i przeważnie szukać go należy w ogrodach i parkach, gdzie umyślnie jest utrzymywany dla swych najwcześniejszych wiosennych kwiatów o niezrównanej piękności zapachu.

Sztuka ogrodnicza doszła do tego, że otrzymała odmiany fiołka o kwiatach pełnych, znacznie większych, tak fiołkowej

barwy, jak również białych, różowych i żółtych, jednakże odmiany te nie posiadają już tak silnego zapachu, jak fiołek zwykły.

Łodyga słaba, ścieląca się i zakorzeniająca. Liście długoogonkowe, gładkie, szeroko-sercowato-piłkowane. Kwiaty wychodzące na długich szypułkach z kątów liści. Kielich zielony, nieopadający, pięciolistkowy. Korona pięciopłatkowa, najczęściej błękitnofioletowa, niekiedy biała lub różowa. Dolny płatek wydłużony tylną częścią w ostrogę. Torebka nasienna trójścienna. Nasiona jajowate, żółtobiaławe.

Kwitnie od najwcześniejszej wiosny do czasu, dopokąd nie zacznie się zbyt ciepło, przy dżdżystej zaś i chłodnej wczesnej jesieni zakwita powtórnie.

Zbierać do leczniczych celów kwiaty i liście. Kwiaty na cukrowiec, tj. na ulepek przerabiane są zaraz na świeżo i tylko same błękitnofioletowe korony, z których otrzymany syrop jest prawie tejże barwy. Niezależnie od powyższej przeróbki, kwiaty wraz z kielichami i także liście należy suszyć. We Francji zbierają również korzenie, lecz należą do środków silnie działających i od użycia ich ostrzegam.

Zawiera fiołek głównie działające ciało alkaloid „Violinę", znajdującą się we wszystkich częściach rośliny, lecz w największej ilości w korzeniu. Violina w bardzo małych ilościach wywołuje wymioty i silne rozwolnienie, a już przy 0,6 g może sprowadzić śmierć; to też fiołek, jakkolwiek jest znakomitym środkiem ułatwiającym odrzucanie flegmy, może być używany tylko w małej bardzo ilości gdy idzie o kwiaty lub liście, a korzenia najlepiej się wystrzegać. Korzeń fiołka pachnącego używany jest we Francji zamiast korzenia wymiotnicy, czyli ipekakuany, na wymioty; przesadzenie dozy jest niebezpieczne. (Nie należy mieszać kupowanego w aptekach tzw. korzenia fiołkowego, art. 78 używa-

nego dla dzieci do gryzienia, a będącego właściwie kłębem kosaćca z prawdziwym korzeniem fiołka pachnącego, cienkim, brunatnawym, bardzo włóknistym i bezwonnym).

Z tego wszystkiego, co powiedziałem o fiołku pachnącym, wyciągnąć można wniosek, że jest on bardzo dobrym lekarstwem przy katarach i zaflegmieniu dróg oddechowych, jednak stosować go trzeba oględnie (liście i kwiaty).

Wychodząc z powyższego punktu, stosunek liści i kwiatów fiołka do ogólnej wagi mieszanki ziołowej, nie powinien przenosić 3—5%. Taki wzór znajdzie czytelnik w artykule Porost islandzki (art. 47).

Prawdziwy ulepek fiołkowy (zaznaczam, że przeważnie sprzedawany jest sztuczny) zmieszany z dwiema częściami ślazowego i dawany kilka razy dziennie po łyżeczce dzieciom, przynosi znaczną ulgę w kokluszu.

166. **Viola tricolor L.** (Violaceae) — *Bratek trójbarwny.* ⊙ ⊝

Zwykle bratek porasta uprawne pola, obsiewane zbożami, a więcej jeszcze odłogi, na których wysiewa się pod koniec lata, w następnym zaś roku zakwita.

Podatność tej rośliny do wytwarzania odmian dała możność ogrodnikom do otrzymania tylu przepięknych ogrodowych bratków, dających wielkie kwiaty z całym bogactwem najpiękniejszych kolorów. Bratki ogrodowe zarówno jak dzikie, można używać do celów leczniczych z jednakowym działaniem.

Nasz polny bratek w dzikim stanie daje głównie dwie typowe odmiany, na pierwszy rzut oka różniące kwiatami.

Viola tricolor L. var a vulgaris Koch. Korona duża, wielokrotnie większa od kielicha, płatki górne

pospolicie fioletowe, średnie albo niebieskie, albo jasnofioletowe i wreszcie dolny żółty z fioletowymi paskami. Stale tych kolorów oznaczyć nie można, często bowiem tylko wierzchnie płatki bywają fioletowe, dolne zaś trzy żółte albo też wszystkie pięć żółte lub żółte z lekkimi cieniami fioletowymi.

Viola tricolor var β arvensis Murray. Różni się tym, że korona jest tejże wielkości co kielich albo też bardzo nieznacznie większa, przy czym albo tylko górne płatki są bladofioletowe, pozostałe zaś trzy żółte, albo wszystkie pięć płatków jasnożółte.

Obie powyższe odmiany mają łodygę mniej więcej trójkątną, wewnątrz pustą, rozgałęziającą się, soczystą. Liście naprzemianległe, ogonkowe, górne wydłużono-eliptyczne niższe okrągłosercowate, soczyste, nierównopiłkowane. Przylistki dłuższe od ogonków liściowych, pierzastolirowate. Owoc, torebka trójścienna, jednokomorowa, otwierająca się na trzy strony. Nasiona gładkie, podłużniejajowate, ciemnożółtawe. Smak świeżego ziela słodkawośluzowaty.

Kwitnienie trwa od kwietnia do późnej jesieni.

Zbierać do lekarskiego użytku część rośliny, ponad żółknącymi listkami, od zakwitnięcia aż dopokąd nie zacznie wydawać większej ilości dojrzałych nasion. Suszyć należy bardzo starannie, gdyż z powodu wodnistości łatwo podlega gniciu.

Zawiera: winian magnezji i kwas salicylowy.

Zastosowanie: powszechnie używany jest do picia napar bratków dla dzieci na oczyszczenie krwi (dla mniejszych łyżkę na ½ szklanki wody, dla starszych 2 łyżki na 2 szklanki wody, do wypicia na kilka razy w ciągu dnia) przy skrofułach oraz rozmaitych wyrzutach skórnych i strupach: dla dorosłych zaś na przemianę materii przy furunkułach (po 2 szklanki dziennie), zalecają również pić bratki przy niedo-

statecznym wydzielaniu się uryny, przy chorobach pęcherza i nerek. Nierównie lepiej niż same, działają bratki w kompozycjach ziółek, odpowiednio do potrzeb zestawionych, np. jak w artykule „Turzyca piask.“, „Perz“ albo w artykule „Użycie ziół“.

Odmiany bratków polnych, kwitnące błękitno, więcej są cenione od żółtych, lecz błękitne rzadziej się trafają i należałoby je umyślnie zasiewać.

167. **Viscum album L.** (Loranthaceae) — *Jemioła biała.*

Pasożytujący krzew, rosnący na różnych drzewach, tak dzikich jak i owocowych, zależnie od tego, gdzie przylgną roznoszone przez ptaki jego lepkie nasiona. Spotyka się jemiołę, na podobiznę gniazd wronich, po dębach, brzozach, lipach, topolach, klonach.

Owoc jemioły jest to jednonasienna, zupełnie biała jagoda, bez skórki, składająca się z nadzwyczajnie kleistego miąższu, pokrywającego nasienie. Jagoda taka przy najlżejszym dotknięciu do niej przylepia się mocno. Gdy przylegnie do łapki lub też piór ptaka, ten lata z jagodą, aż wreszcie oswobodzi się od niej na jakimś drzewie. Wtedy jagoda daje początek nowemu osobnikowi. Ziarno kiełkuje i ssawkami przenika pod korę danej gałęzi, żywiąc się jej gotowymi sokami.

Łodyga jemioły jest drzewiasta, silnie rozgałęziona widełkowato, jasnozielona. Liście naprzeciwległe, jajowolancetowate, na wierzchołku tępe i ku nasadzie zwężające się, nagie, całobrzegie, skórkowate, soczyste, zimą i latem zielone.

Roślina dwudomowa, zatym posiadająca męskie i żeńskie egzemplarze osobno. Kwiaty żeńskie, drobne, różowe, zebrane w rozwidleniach gałązek, każdy z mięsistym przykwiatkiem. Kwiaty męskie większe dwukrotnie, zielone. Kwitnie w marcu i kwietniu.

Zbierać drobne gałązki z liśćmi przez ciąg zimy. Powinno się zaraz na świeżo skrajać jemiołę bardzo drobno i dopiero wysuszyć; naturalnie zimą tylko w sztucznym cieple.

Zastosowanie: jemiołę używa się w trzech postaciach: w nalewce, odwarze i w proszku. Nalewka może być przyrządzana tylko na wódce 40⁰ albo na mocnym winie (1:5), odwar z 15,0 — na litr wody (pić 3 razy dziennie po filiżance od czarnej kawy dla dorosłych, dzieci zaś stosunkowo mniej) i wreszcie subtelny proszek (1,0 jednorazowo i co 3 godziny— dla dorosłych oraz po 0,5 — 1,0 i stosunkowo więcej, względnie do wieku — dla dzieci). Jemioła powinna być zbierana co rok świeża.

Stosuje się przy epilepsji (padaczka albo konwulsje), przy kurczach, chorobach nerwowych i sklerozie (zwapnienie naczyń [1]). Jagody wysuszone i potłuczone mają być dobre przeciw robakom u dzieci. Wstrzymuje krwotoki maciczne.

Przy sklerozie pić niżej podane mieszanki z małymi przerwami i zmieniając.

A

Ziela jemioły białej	80,0	Hb. Visci albi
Korzenia lukrecjowego	30,0	Rad. Glycyrrhizae
„ bzowiny	20,0	Rad. Sambuci
Liści porzeczki czarnej	30,0	Fol. Ribis nigri
Kwiatu bzowego	40,0	Flor. Sambuci

Zmieszać.

B

Rosiczki okrągłolistnej	70,0	Hb. Droserae rotund.
Jemioły białej	60,0	„ Visci albi
Kwiatu bzowiny	30,0	Flor. Sambuci
Korzenia lukrecji	20,0	Rad. Glycyrrhizae

Zmieszać.

---

[1]) Patrz Euphrasia.

C

Jemioły białej	70,0	Hb. Visci albi
Korzenia paprotki pospol.	20,0	Rhiz. Polypodii
„ bzowiny	20,0	Rad. Sambuci
Liści poziomki	30,0	Fol. Fragariae

Zmieszać.

W jemiole głównym składnikiem działającym ma być wiscyna (Viscinum).

168. **Zea Mays** (Gramineae — Trawowate) — *Blizny kukurydzy.* ⊙

Uprawiana, jednoletnia roślina w rozmaitych odmianach na pokarm i na paszę (koński ząb).

Z kukurydzy na lekarski użytek idą tylko blizny kwiatowe, tj. długie, zwieszające się włosy, wychodzące z wierzchołków kolb.

Na włosy te pada pyłek kwiatów męskich, następuje zapłodnienie i zawiązanie się ziarn. Po skończonym procesie opylenia blizny zaczynają przysychać i czernieć.

Przedwcześnie zebrane blizny pozbawiłyby roślinę możności wydania ziarna, zatem zbierać je należy, gdy tylko zauważymy podsychanie włosów na końcach, nie czekając jednak, aż uschną.

Wysuszyć można, rozkładając bardzo cienko na otwartym powietrzu, w jakimś miejscu ciemniejszym albo na strychu.

Blizny kukurydzy działają moczopędnie, zatem stosują się w różnych cierpieniach nerek i pęcherza.

PODZIAŁ ROŚLIN PODŁUG ICH STOSOWANIA.

Zwykle w tego rodzaju książkach jak niniejsza, przyjęty jest podział roślin na pewne grupy, charakteryzujące ich wybitną cechę, lecz nic nie mówiące o własnościach od niej niezależnych, a posiadanych niemal przez każdą z poszczególnych roślin. Zwykle spotykamy się z następującym podziałem: aromatyczne, drażniące skórę, dezynfekujące narząd moczowy, gorzkie, osłaniające albo powlekające, przeczyszczające, rozmiękczające (kataplazmy), ściągające czyli zawierające w większej ilości garbniki itd.

Podział taki jest zbyt ubogi i mało mówiący o całej masie leczniczych ziół, posiadających poza pewną cechą, częstokroć drugorzędną, niejednokrotnie wielostronne działanie. Przeciętnemu czytelnikowi dałby podział powyższy zbyt mało wskazówek do odszukania potrzebnego mu leku i dlatego, pomijając powyższy podział, zgrupowałem zioła podług ściślej oznaczonego zastosowania.

Wyżej wspomnianą wielostronność działania ziół tłumaczy to, że częstokroć jedna i ta sama roślina jest stosowana nie przy jednej wyłącznie chorobie, a z pewnym dopełnieniem przy wielu i dlatego czytelnik ją znajdzie w różnych kompozycjach.

Tam, gdzie nie ma wzorów mieszanek, czytelnik musi je sobie sam zestawić, opierając się na działaniu każdej z roślin, według niżej (dalej) zamieszczonego podziału.

Angielska choroba i skrofuły

(Cyfry umieszczone w tekście odpowiadają numeracji ziół a nie stron)

Zaleca się kąpiele, a oprócz kąpieli mieszanki ziołowe do picia:

Bratki polne 166, Dwuząb trójdzielny 39, Jasnota biała 81, Łopian 82, Mydlik 141, Nagietek 41, Orzech włoski 79, Perz 155, Poziomka 61, Tojad 1, Turzyca piaskowa 43, Wilżyna ciernista 100.

Mieszanki: 39, 39, 79, 79, 43, 155.

Apetyt pobudzające

Pobudzają trawiącą czynność żołądka i wydzielanie się soku żołądkowego. Stosowane są przy utracie chęci do przyjmowania pokarmów, niesmaku i dyspepsji. Wchodzą tu zioła z zawartością substancji gorzkich, a po części i aromatyczne: Bazylia 99, Bobrek trójlistny 97, Brodawnik mleczowaty 85, Bukwica lek. 37; Dzięgiel 24, Goryczka 67, Kardybenedykta 50, Krwawnik 14, Piołun 29, Rumianek rzymski 25, Rzewień 127, Skórka pomarańczowa 144, Szanta 92, Tatarak 15, Tysiącznik 58.

Mieszanki: 67, 67, 67, 92, 92, 92, 97.

Artretyzm i reumatyzm, (dna i gościec)

Bagno 11, Bez czarny 139, Bratki 166, Brzoza 38, Bukwica 37, Ciemierzyca 13, Dąbrówka rozłogowa 17, Dędera 8, Dziurawiec 75, Fasola 108, Hyzop 76, Macierzanka 152, Mydlik 141, Pierwiosnek 120, Pokrzywa 157, Pomornik 28, Pomurnik 105, Rumianek 93, Smrodynia 128, Tawuła łąkowa 147, Tawuła główkorodna 148, Tojad 1, Turzyca 43, Wierzba 136, Zimowit 5, Żankiel 140.

Mieszanki: 37, 105, 108, 108, 108, 108, 108, 139, 141, 147, 147, 148, 148.

Kąpiele aromatyczne: 76, 76, 76, 93.

Do wcierania z tłuszczem i Gąbka rzeczna (Spongia sfluviatilis).

Astma (dusznica), duszność

Biedrzeniec 110, Borówka 160, Dędera (liście do palenia) 8, Dziewanna 162, Grochodrzew (Robinia pseudo-acacia) 129, Hyzop 76, Rzęsa wodna 84, Szakłak (kora i jagody) 125, Tojeść 90.

Mieszanki: 84, 84, 162, 162.

Atonia kiszek

Bluszczyk ziemny 68, Mech islandzki 47, Poziomka 61.
Mieszanki: 29, 68.

Biegunka

Pięciornik 118, Storczyk 101.
Mieszanki: 61, 61, 61.

Blednica

Dzięgiel 24, Goryczka 67, Oman 77, Witułka lekarska 163.
Mieszanki: 163, 163, 163, 163.

Bóle, darcia i łamania

Jałowiec (olejek) 80, Lebiodka 103, Mięta pieprzowa 96.

Cholera

Melisa 95.

Choroby narządów trawienia patrz: Trawienie

Chrypka uporczywa

Czosnek 20, Dziewanna 162, Krzecina 92, Ślazik leśny 91, Żywokost kaukaski 150.

Cukrzyca (cukrowa choroba)

Borówki liście 160, Czernica liście 159, Jasnota biała 81, Oman wielki 77, Rosiczka okrągłol. 56, Rutwica 64, Strączyny fasoli 108.
Mieszanki 64, 64, 64, 81, 81, 108, 108, 159.

Czerwiogubne patrz: Robaki

Czyraki

Cebula 19.

Dezynfekcja

Mięta 96.

Drażniące skórę

Gąbka rzeczna, Gorczyca czarna 40, Pomornik górny 28, Rozmaryn 131, Wilcze łyko 7.

Dreszcze patrz: Febra

Dyzenteria

Czernica (owoc) 159, Dziurawiec 75, Kobylak 134, Kurze ziele (Pięciornik) 118, Mech islandzki 47, Mięta pieprzowa 96, Orzech włoski (zielona łupina) 79, Pokrzywa 157, Poziomka (korzeń) 61, Przywrotnik pospolity 18, Rabarbar 127, Rojnik 143, Srebrnik 116, Storczyk 101, Szałwia lekarska 137, Wężownik 114, Wierzba czarna 136.

Mieszanki: 61, 61, 61, 114, 114, 116, 118, 118, 134, 134, 159, 159.

Egzema

Żółtnica szorstka 65.

Febra (zimnica), malaria

Babka wąskolistna 111, Bluszczyk ziemny 68, Bobrek trójl. 97, Dąbrówka rozł. 17, Dymnica 62, Dziurawiec 75, Goryczka 67, Kardybenedykta 50, Kolender 53, Krzecina pospolita 92, Piołun 29, Pokrzywa 157, Pomornik 28, Słonecznik 72, Tatarak 15, Tysiącznik 58.

Mieszanki: 45, 72, 72, 72.

Flegma

Anyż 109, Babka wąskol. 111, Bez czarny 139, Biedrzeniec 110, Cebula 19, Czosnek 20, Driakiew 142, Fiołek 165, Kolender 53, Koper włoski 60, Kosaciec 78, Lepiężnik 107, Lipa 153, Lubiśnik 87, Lukrecja gładka 69, Nostrzyk 94, Oman wielki 77, Płucnik lekarski 123, Podbiał 156, Pokrzywa 157, Smrodynia 128, Ślaz lekarski 21, Wierzba 136, Żywokost 150.

Mieszanki: 69, 69, 69, 77, 123, 150, 150, 156.

Gardło

Dąb 124, Krzecina 92, Szałwia, (płukanie) 137, Ślaz 21, Ślazik leśny 91, Żywokost lekarski 150.

Kurcze — Kozłek lekarski 161.

Głowy — ból

Ruta 135.

Gnilec patrz: Szkorbut

Gorączkę uśmierzające

Bazylia 99, Berberys (owoc) 36, Bez czarny 139, Jeżyna (owoc) 132, Lipa 153, Malina (owoc) 133, Tawuła główkorodna 148, Tawuła łąkowa 147.

Mieszanka 153.

Gruźlica

Mech islandzki 47, Poziewnik wielkokwiatowy 63.

Mieszanki: 42, 47.

Hemoroidy

Beberys 36, Brodawnik mleczowaty 85, Dąb 124, Dąbrówka rozłogowa 17, Dymnica 62, Kasztan 16, Kruszewina 126, Muchotrzew 149, Oczarowiec 71, Podróżnik 49, Pokrzywa 157, Poziomka 61, Przetacznik 164.

Mieszanki: 61, 71, 149.

Herbaty i kawy

Na początku książki osobny artykuł.

Borówka 160, Dąb 124, Jeżyna 132, Lipa 153, Malina 133, Perz 155, Skórki pomarańczowe 144, Wiśnia kwaśna 121.

Mieszanka 128.

Histeria

Chmiel 74, Driakiew 142, Dymnica 62, Dziewanna 162, Kokornak wężowy 27, Kozłek lekarski 161, Marzanka wonna 34, Melisa cytr. 95, Ruta siewna 135.

Mieszanki: 27, 27.

Kamienie pęcherza i piasek nerkowy

Brzoza 38, Dziurawiec 75, Jarzębina 146, Marzanka wonna 34, Mącznica 26, Nawłoć 145, Paprotka posp. 119, Połonicznik 73, Rdest ptasi 113, Smrodynia 128, Wilżyna ciernista 100.

Mieszanki: 38, 38, 113, 145.

Kamienie żółciowe

Berberys 36, Bluszczyk ziemny 68, Brodawnik 85, Dziurawiec 75, Jarzębina 146, Kocanka piask. 70, Kruszyna 126, Nagietek 41, Rdest ptasi 113, Róża polna (owoc) 130, Tarnina 122, W[illegible]łka 163.

Mieszanki: 146, 146.

Karbunkuł

Cebula 19.

Kaszel

Bez czarny 139, Czosnek 20, Driakiew 142, Kolender 53, Kosaciec 78, Lipa 153, Lukrecja gładka 69, Perz 155, Podbiał 156, Pokrzyk 3, Przywrotnik 18, Ślaz lek. 21. Wierzba 136.

Mieszanki: 69, 69, 69, 78 ,78, 153.

Katar

Cebula 19, Lipa 153, Majeranek 102, Ślaz lekarski 21,

Mieszanka 153.

Katar żołądka

Dziurawiec 75, Kardybenedykta 50, Świetlik 59.

Mieszanki: 75, 75, 75.

Kąpiele aromatyczne

Bagno 11, Hyzop 76, Jałowiec (jagody i świeża zieleń) 80, Lebiodka 103, Macierzanka 152, Majeranek 102, Melisa 95, Mięta pieprz. i kędzierzawa 96, Nostrzyk 94, Pączki sosnowe, Rozmaryn 131, Rumianek 93, Tatarak 15.

Mieszanki: 39, 76, 76, 76, 76, 93, 96.

Kiła patrz: Syfilis

Kiszek choroba (i patrz: Atonia i owrzodzenie)

Kiszki

Anyż 109, Karolek 45, Majeranek 102.

Katar — Dziurawiec 75, Katar — Rzewień 127, Krwotoki — Sporysz 4, Rozstrój — Storczyk 101.

Kobiece choroby

cierpienia macicy, dolegliwości ciąży i poporodowe.

Bożodrzew 31, Jemioła 167, Kąsina niska 44, Kozłek lekarski 161, Lebiodka pospol. 103, Macierzanka 152, Majeranek 102, Melisa 95, Pieprz wodny 115, Rumianek 93, Sporysz 4, Tatarak 15, Tawuła główkorodna 148, Witułka 163.

Mieszanki: 31, 93, 93, 96, 115.

Koklusz

Witułka lek. 163.

Kolki

Anyż 109, Gorczyca czarna 40, Melisa 95, Mięta 96.

Konwulsje (padaczka)

Lepiężnik 107, Melisa cytr. 95, Pokrzyk 3, Ruta ogrodowa 135.

Bylica pospol. 30, Driakiew 142, Jemioła 167, Konwalia 6, Kozłek 161, Mieszanka 142.

Krew czyszczące

Bratek (dla dzieci) 166, Łopian 82, Mydlik lek. 141, Nagietek lek. 41, Orzech włoski 79, Perz 155, Poziomka 61, Przetacznik 164, Sok brzozowy 38, Tasznik 42, Turzyca piaskowa 43, Uczep trójdzielny 39, Wilżyna 100.

Mieszanki: 141, 141, 155, 166.

Krwotoki tamują

Jasnota biała 81, Jemioła — (krwotoki macicy) 167, Kasztan 16, Mącznica garbar. 26, Pieprz wodny 115, Pięciornik 118, Pokrzywa parząca 157, Sporysz 4, Tasznik 42.

Mieszanki: 16, 16, 42.

Krzywica patrz: Angielska choroba

Kurcze i porażenia

Bylica 30, Jemioła 167, Karolek 45, Kozlek 161, Pomornik 28, Rojnik 143, Rumianek 93.

Mieszanki: 93, 93.

Kurcze żołądka

Karolek 45, Kozłek lekarski 161, Majeranek 102, Melisa 95, Mięta pieprzowa 96, Orzech włoski 79, Pokrzyk 3, Szalej 10.

Mieszanki: 45, 45, 96.

Lewatywy (enemy), irygacje

Dąb 124, Driakiew 142, Dziewanna 162, Kozłek lek. 161, Pięciornik 118, Rdest wężownik 114, Srebrnik 116, Storczyk 105, Szałwia 132.

Mieszanki: 116, 142, 161.

Liszaje

Łopian 82.

Malaria patrz: febra

Menstruacje bolesne

Dziurawiec 75.

Menstruację nadmierną wstrzymują

Fasola (łuszczyny) 108, Jasnota biała 81, Jemioła 167, Kasztanowiec 16, Pieprz wodny 115, Pokrzywa 157, Sporysz 4, Szanta 92, Tasznik 42.

Mieszanka 42.

Menstruację wzbudzają

Biedrzeniec 110, Bożodrzew 31, Bylica pospol. 30, Chaber 46, Dziewanna 162, Kokornak 27, Krzecina pospol. 92, Lebiodka 103, Malwa czarna 22, Mięta 96, Nagietek 41, Ostróżka zbożowa 54, Ruta 135, Witułka 163.

Mieszanki: 22, 54, 54, 92, 96.

Mocz patrz: Uryna, zlewanie

Moczopędne

Bez czarny 139, Blizny kukurydzy 168, Bławatek 46, Borówka 160, Bożodrzew 31, Brzoza 38, Bylica pospol. 30, Czosnek 20, Dzięgiel 24, Hebd 138, Jałowiec 80, Karolek 45, Kąsina 44, Kocanka 70, Komosa meks. 48, Konwalia 6, Lubiśnik 87, Lukrecja gładka 69, Macierzanka 152, Maje-

ranek 102, Melisa 95, Nagietek 41, Nawłoć pospol. 145, Niedźwiedzie grono 26, Oman 77, Pokrzywa 157, Połonicznik 73, Pomurnik 105, Poziomka 61, Przetacznik 164, Rojnik 143, Rozmaryn 131, Rumianek 93, Skrzyp polny 57, Słonecznik 72, Smrodynia 128, Szałwia 137, Szparag 33, Tasznik 42, Turzyca piask. 43, Widłak 89, Wilżyna 100, Wrotycz 151, Żankiel 140.

Mieszanki: 33, 33, 38, 38, 46, 46, 70, 77, 100, 100, 102, 105, 145, 151.

Moczowych dróg choroby

Babka 111, Bazylia 99, Bławatek 46, Bluszczyk 68, Bratki 166, Bez czarny 139, Bylica pospol. 30, Dzięgiel 24, Dziurawiec 75, Fasola (strąkowiny) 108, Hebd 138, Kocanka 70, Komosa meksyk. 48, Leoiodka 103, Lubiśnik 87, Macierzanka 152, Majeranek 102, Mącznica 26, Melisa 95, Nawłoć pospol. 145, Oman 77, Paprotka 119, Pieprz wodny 115, Połonicznik 73, Pomurnik 105, Przetacznik 164, Przytulia 66, Rdest ptasi 113, Rdest ziemnowodny 112, Rumianek 93, Ślaz 21, Smrodynia 128, Storczyk 101, Szałwia 137, Tatarak 15, Tawuła 147, Wilżyna 100, Wrotycz 151, Żankiel 140, Żywokost lekarski 150.

Mieszanki: 26, 26, 42, 70, 77, 119, 128, 128, 145.

Mózg

Pomornik 28.

Napotne

Bez czarny (kwiat) 139, Borówka 160, Bylica 30, Driakiew 142, Dzięgiel 24, Hebd 138, Kasina 44, Lipa 153, Lubczyk 87, Malina 133, Nagietek 41, Połonicznik 73, Rumianek 93, Smrodynia 128, Turżyca piask. 43, Wilżyna ciernista 100, Żankiel 140.

Mieszanka 153.

Nasenne

Anyż 109, Lawenda 83, Lupulina 88.

Mieszanka 83.

Nerki, pęcherz

Blizny kukurydzy 168, Bluszczyk ziemny 68, Bławatek 46, Bratki 166, Brzoza 38, Dziurawiec 75, Fasola 108, Hebd 138, Komosa meksyk. 48. Lipa 153, Majeranek 102, Mącznica 26, Paprotka 119 (katar), Perz 155, Podróżnik 49, Rdest ptasi 113, Smrodynia 128, Sporysz 4, Szałwia 137. Tarnina 122, Tasznik 42. Witulka 163.

Mieszanki: 26, 26, 68, 77. 99, 102, 119.

Nerki (ropienie miedniczek nerkowych)

Paprotka pospolita 119, Przytulia żółta 66.
Mieszanki: 66, 66, 119.

Nerwowe choroby

Bylica pospol. 30, Cebula 19, Chmiel 74, Driakiew 142, Dzięgiel 24, Głóg 52, Jemioła 167, Kąsina 44, Kokornak wężowy 27, Komosa meksyk. 48, Kozłek lek. 161, Lawenda 83, Lilia wodna 98, Lipa 153, Mak polny 104, Marzanka 34, Melisa 95, Męczennica 106, Pierwiosnek 120, Pomarańczowy kwiat, Przetacznik 164.

Mieszanki: 27, 27, 30, 52, 52, 83, 83, 106.

Newralgia

Ciemiężyca 13, Pokrzyk 3, Tojad 1, Zimowit 5.

Obstrukcje chroniczne

Brodawnik 85, Bukwica 37, Kruszyna 126, Powój wielki (convolvulus saepium) 51, Szakłak 125, Szanta 92.

Mieszanki: 125, 125, 126, 126, 126.

Oczu choroby

Chaber (Bławatek) 46, Ostróżka 54, Pokrzyk 3, Połonicznik 73, Świetlik lekarski 59.

Oddechowych dróg choroby

Należą tutaj rośliny zaliczane do śluzowatych (osłaniających czyli powlekających), następnie dezynfekujące oraz ułatwiające odrzucanie flegmy. Stosowane są przy różnego rodzaju kaszlach, zaflegmieniu, chrypce, utrudnionym oddechu, w ogóle kataralnym zajęciu dróg oddechowych.

Anyż 109, Babka wąskolistna 11, Biedrzeniec 110, Bukwica 37, Bluszczyk ziem. 68, Bzowina 139, Cebula 19, Chaber 46, Czosnek 20, Dziewanna 162, Fiołek pachnący 165, Hyzop 76, Jasnota biała 81, Koper włoski 60, Kosaciec 78, Kozieradka 154, Krzecina 92, Lepiężnik 107, Lubiśnik 87, Lukrecja 69, Majeranek 102, Mak polny 104, Mech islandzki 47, Mydlik 141, Miodunka lekarska 23, Nostrzyk 94, Oman wielki 77, Paprotka 119, Płucnik lekarski 123, Podbiał 156, Pomornik 28, Poziewnik 63, Przetacznik 164, Przywrotnik 18, Rosiczka 56, Ślaz 21, Ślazik leśny 91, Tasznik 42, Żankiel 140, Żywokost 150.

Mieszanki: 23, 42, 47, 47, 47, 47, 47, 69, 69, 69, 69, 77, 78, 78, 119, 123, 139, 140, 141, 150, 156, 156, 162, 162.

Odparzenia i oprzenia

Rojnik lekarski 143.

Oparzenia

Dąb 124, Rojnik lekarski 143, Widłak gwoździsty 89,

Otyłość

Skrzyp błotny i polny 57, Agar — agar, Fucus vesiculosus.

Owrzodzenie kiszek

Bez czarny (powidła) 139, Dziurawiec 75, Kurdybanek 68, Rdest ptasi 113, Żywokost 150.
Mieszanka 139

Owrzodzenie zewnętrzne (furunkuły)

Bratek 166, Cebula 19, Drożdże (przykładać i pić), Perz 155.
Mieszanki: 39, 39.

Padaczka patrz: Konwulsje

Paraliż

Żegawka 158.

Parchy

Ciemierzyca 13.

Period patrz: Menstruacja

Pęcherz (i patrz: kamienie, nerki)

Czernica 159, Majeranek 102, Tarnina 122, Widłak gwoździsty 89.
Mieszanki: 68, 102.
Paraliż — Sporysz 4,
Zaziębienie — Bazylia ogrod. 99,
Zaziębienie — Wilżyna ciernista 100,
Katar — Babka wąskolistna 111, — Smrodynia 128.
Mieszanki: 99, 128.

Pryszcze na twarzy i ciele (i patrz: skórne wysypki)

Bratki pol. 166, Dwuząb trójdziel. 39, Łopian 82, Orzech włoski 79, Perz 155, Przetacznik 164, Turzyca piask. 43.

Mieszanka: 39.

Przemiana materii

Bratki polne 166, Dwuząb trójdzielny 39, Dziurawiec 75, Krwawnik 14, Lukrecja 69, Łopian 82, Mydlik 141, Nagietek 41, Orzech włoski 79, Perz 155, Przetacznik 164, Przywrotnik 18, Rdest ptasi 113, Turzyca piaskowa 43, Żankiel 140.

Mieszanki: 43, 141.

Puchlina wodna

Bez czarny 139, Brzoza 38, Fasoli łuszczyny 108, Hebd 138, Jałowiec 60, Konwalia 6, Lubiśnik 87, Mącznica garbarska 26, Nawłoć posp. 145, Pokrzywa 157, Połonicznik gładki 73, Pomurnik lek. 105, Rumianek 93, Smrodynia 128, Szparag 33, Tatarak 15, Wilżyna ciernista 100.

Mieszanki: 33, 139, 145, 145. Kąpiel 93.

Rachityzm

Orzech włoski 79, Rumianek 93.

Mieszanka (kąpiel) 93.

Rany

Brzoza 38, Dąb 124, Rumianek 93.

Reumatyzm patrz: Artretyzm

Robaki wewnętrzne trują

Czosnek 20, Dynia 55, Jemioła 167, Konwalia 6, Paproć męska 35, Paprotka pospol. 119, Piołun 29, Rojnik 143, Wrotycz 151.

Mieszanka: 151.

Rozgrzewające

Dziegiel 24, Karolek 45, Mięta pieprzowa 96, Melisa 95, Skórki pomarańczowe 144.

Mieszanka: 45.

Rozmiękczające

Cebula 19, Chmiel 74, Dziewanna 162, Kozieradka 154, Lepiężnik 107, Lukrecja gładka 69, Malwa czarna 22, Nostrzyk 94, Podbiał 156, Ślaz 21, Żywokost 150.

Rozwolnienie wstrzymują

Czernica 159.

Mieszanki: 159, 159.

Rozwalniające

Bez czarny (jagody) 139, Brodawnik mleczow. 85, Bukwica lek. 37, Hebd 138, Kosaciec 78, Kruszyna 126, Lukrecja 69, Marzanka wonna 34, Nagietek 41, Orzech włoski 79, Powój wielki 51, Rabarbar 127, Szakłak 125, Szałwia 137, Szanta 92, Tarnina 125.

Mieszanki: 125, 125, 126, 126, 139.

Róża

Rojnik 143.

Rzeżączka

Bażylia 99, Komosa meksykańska 48, Lilia wodna 98, Lupulina 88, Mącznica garb. 26, Oman 77, Połonicznik 73, Srebrnik 116, Wilżyna ciernista 100.

Mieszanki: 48, 48, 77.

Sen patrz: Nasenne

Sercowe dolegliwości

Biedrzeniec 110, Głóg pospolity 52, Kokornak 27, Konwalia 6, Kozłek lek. 161, Lebiodka pospol. 103, Miodunka 23, Pomornik 28, Serdecznik 86, (Adonis Digitalis z polecenia lekarza).

Mieszanki: 52, 52, 52, 86, 86, 110, 110.

Skleroza (zwapnienia naczyń)

Czernica (liście) 159, Czosnek 20, Jemioła 167, Marzanka 34, Poziomka (owoc i liście) 61, Rosiczka okrągłolist. 56, Świetlik 59.

Mieszanki: 59, 61, 167, 167, 167.

Skórne wysypki, pryszcze

Kocanka piaskowa 70, Łopian (łuszczyca) 82, Perz 155, Przetacznik 164.

Skrofuły

Bratek 166, Dwuząb trójdzielny 39, Jasnota biała 81, Łopian 82, Nagietek 41, Orzech włoski 79, Perz 155, Rumianek 93, Turzyca piaskowa 43, Wilżyna 100.

Mieszanki: 39, 43, 93, dla dzieci: 79, 79, 155.

Soliter

Dynia 55.

Spazmy

Driakiew 142, Kozłek lek. 161, Lebiodka 103, Lipa 153, Melisa 95, Pomarańcza (kwiat), Macierzanka 152.

Stłuczenia

Pomornik 28.

Stolec patrz: Rozwolnienie, obstrukcje i zaparcie

Syfilis

Łopian 82.

Szkarlatyna (płonica)

Jeżyna 132.

Szkorbut (gnilec)

Krzecina pospolita 92.

Ściągające

Działanie tych ziół polega na własności ścinania z roztworu białka i tworzenia razem z nim powłoki, przez co zmniejsza się stan zapalny, wydzielin śluzu, ropy i zmniejsza się opuchnięcie.

Ścinanie białka zależy od zawartości w roślinie kwasu garbnikowego. Działanie jest jednorazowe, gdyż utworzona powłoka oddziela

już tkankę czy błonę śluzową od stykania się z garbnikiem. Przy dawaniu tych środków w celu działania na kiszki zmieszać je trzeba ze śluzowatymi.

Zbyt dlugie to jest przewlekłe używanie wewnątrz ciał garbnikowych może wywołać ostry stan zapalny błon śluzowych, zatem stosuje się je zwykle krótko. Z wybitniejszych są następujące:

Czernica (owoc) 159, Dąb (kora) 124, Driakiew 142, Kasztan 16, Kobylak 134, Mącznica 26, Pięciornik 118, Poziomka korzeń 61, Rdest wężownik 114, Smrodynia 128, Srebrnik 116, Szałwia 137, Tasznik 42, Żankiel 140, Żywokost 150.

Śledziony choroby

Dziewanna 162, Kozieradka 154, Kruszyna 126, Krwawnik 14, Nagietek 41, Perz 155, Pokrzyk (trucizna z polecenia lekarza) 3, Poziomka 61, Rabarbar 127, Rosiczka 56, Wierzba 136, Witułka 163.

Mieszanki: 41, 41, 61.

Śluzowate (powlekające)

Rośliny objęte niniejszym działem zawierają śluz, stosowany jako materia powlekająca, czyli tworząca warstwę ochraniającą błony śluzowe od wpływów zewnętrznych.

Zioła śluzowate powinny być również dodawane do wszystkich mieszanek, mających przejść przez żołądek z najmniejszą zmianą i przedostać się do kiszek i dróg moczowych, śluz bowiem opóźnia ich trawienie.

Przy zajęciu błon śluzowych w drogach oddechowych, powlekające substancje zabezpieczają je od podrażnień zewnętrznych samego powietrza i sprowadzają znaczną ulgę.

Babka wąskol. 111, Lepiężnik 107, Malwa czarna 22, Mech islandzki 47, Płucnik lekarski 123, Storczyk 101, Ślaz 21, Żywokost 150.

Świerzba

Ciemierzyca 13.

Tasiemiec patrz: Soliter

Torsje patrz: Wymioty

Trawienia narządów choroby

Anyż 109, Babka wąskolistna 111, Bazylia 99, Bluszczyk ziemny 68, Bobrek 97, Brodawnik 85, Bukwica 37, Dzięgiel 24, Dziurawiec 75, Goryczka żółta 67, Kardybenedykta 50, Karolek 45, Kąsina 44, Kolender 53,

Kruszyna 126, Krwawnik 14, Lebiodka 103, Lipa 155, Majeranek 102, Mydlik 141, Oman 77, Pięciornik 118, Piołun 29, Podróżnik 49, Rdest ptasi 113, Rosiczka 56, Rozmaryn 131, Rumianek rzymski 25, Rzewień 127, Srebrnik 116, Szakłak 125, Szałwia 137, Szanta 92, Świetlik 59, Tatarak 15, Tysiącznik 58, Wrotycz 151, Żankiel 140, Żywokost 150.

Mieszanki: 50, 50, 50, 67, 67, 67, 68, 68, 75, 75, 75, 77, 97, 118.

Tryper patrz: Rzeżączka

Upławy białe

Dąb 124, Driakiew 142, Dziurawiec 75, Jasnota biała 81, Kobylak 134, Kocanka 70, Oman 77, Orzech włoski 79, Pięciornik 118, Rdest wężownik 114, Srebrnik 116, Szałwia 137, Tarnina 122, Tawuła 147, Tawuła główkorodna 148.

Mieszanki: 116, 122, 147.

Upławy czerwone

(Patrz menstruację nadmierną wstrzymują).

Uryna (patrz: zlewanie nocne)

Uryna krwawa

Paprotka pospolita 119, Pięciornik 118.

Mieszanka 118.

Uryny oddawanie bez czucia

Chmiel 74, Mącznica garbars. 26, Pieprz wodny 115, Rdest wężownik 114, Rdest ziemnowodny 112.

Mieszanka 112.

Uryny zatrzymanie

Bez czarny 139, Bratek 166, Hebd 138, Jałowiec 80, Nawłoć 145, Szparag 33, Tatarak 15, Widłak (u dzieci) 89, Wilżyna 100.

Mieszanki: 33, 145.

Wątroby choroby

Berberys 36, Bluszczyk ziemny 68, Bobrek 97, Brodawnik 85, Bukwica 37, Dąbrówka 17, Dymnica 62, Dziewanna 162, Dziurawiec 75, Goryczka 67, Jarzębina 146, Kardy benedykta 50, Kocanka 70, Krwa-

wnik 14, Krzecina pospol. 92, Kruszyna 126, Kurdybanek 68, Lepiężnik 107, Majeranek 102, Marzanka 34, Nagietek 41, Perz 155, Podbiał 156, Poziomka 61, Rabarbar 127, Rdest ptasi 113, Rosiczka 56, Róża pol. 130, Słonecznik 72, Srebrnik 116, Szałwia 137, Tysiącznik 58, Witułka 163.

Mieszanki: 29, 37, 41, 41, 50, 50, 50, 61, 68, 68, 70.

Mieszanki: Kąpiele 41.

Wiatropędne

Anyż 109, Karolek 45, Koper włoski 60, Kolender 53, Macierzanka 152, Melisa 95, Mięta 96, Rumianek 93, Szałwia 137, Tatarak 15, Wrotycz 151.

Mieszanki: 53, 55.

Włosy farbują

Orzech włoski 79.

Włosów wypadanie i łupież

Chmiel 74, Łopian 82, Mydlik 141, Rumianek 93, Oman 77, Piołun 29, Pokrzywa 157, Skrzyp polny 57, Tatarak 15, Wierzba czarna 136.

Mieszanki: 74, 74, 82, 82, 82, 82, 82.

Wrzody

Cebula 19, Perz 155.

Wymioty

Kopytnik 32, Mącznica 26, Mięta 96.

Wymioty wywołują

Fiołek pach. 165.

Wysypki ułatwia

Driakiew 142.

Wzdęcie

Anyż 109, Lipa 153, Melisa 95, Mięta 96.

Wzmacniające

Kozłek lek. 161, Macierzanka 152, Perz (dzieci) 155, Smrodynia 128, Witułka 163, Żankiel 140.

Mieszanka 155. Kąpiele 93.

Zaparcie stolca

Brodawnik mleczowaty 85, Fiołek 165, Goryczka żółta 67. Krzecina pospol. 92, Kruszyna 126, Marzanka 34.

Mieszanki: 67, 67, 67.

Zatrucie

Storczyk 101.

Zaziębienie

Lipa 153, Malina 133, Pomornik 28.

Mieszanka 153.

Ząbkowanie

Kosaciec 78.

Zemdlenia

Kozłek lekarski 161.

Zęby

Lebiodka 103.

Zgaga

Goryczka żółta 67.

Mieszanki: 67, 67, 67.

Zimnica patrz: Febra

Zlewanie się nocne (Eneuresis nocturna)

Chmiel 74, Dziurawiec 75, Mącznica 26. Oman 77, Pieprz wodny 115, Szałwia 137.

Mieszanki: 74, 74, 74, 75, 115.

Zmazania nocne patrz: polucje

Zołzy patrz: Skrofuły u dzieci

Żołądek (i patrz: zaparcie, kurcze)

Nerwica — Dziurawiec 75.
Rozdęcie żołądka — Dziurawiec 75.

Żołądka choroby

Bluszczyk ziemny 68, Hyzop 76, Karolek 45, Majeranek 102, Mięta 96, Podróżnik 49, Skórki pomarańcz. 144, Sporysz 4, Storczyk 101.

Mieszanki: 68, 68, 96.

Kąpiele: 76, 76, 76, 96.

Żółć (i patrz: kamienie żółciowe)

Kokornak wężowy 27.

Żółtaczka

Brodawnik 85, Dymnica lekarska 62, Dziurawiec 75, Kocanka piaskowa 70, Krzecina pospol. 92, Lepiężnik 107, Marzanka 34, Podbiał 156, Pokrzywa 157, Rzewień 127, Tysiącznik 58.

Mieszanki: 62, 62, 62.

Dla koni przy zołzach

Mieszanki: 154, 154.

Mleczność krów powiększa

Biedżeniec 110.

Nieśność drobiu podnoszą

Pokrzywa 157.
Mieszanki: 154, 157.

TREŚĆ

ALFABETYCZNY SPIS OPISANYCH ROŚLIN

w językach: łacińskim, niemieckim, polskim i rosyjskim

(zestawiony według numeracji opisu)

APTECZKA DOMOWA

NATURALNE SOKI ROŚLINNE ZE ŚWIEŻYCH ZIÓŁ

Mgr. Edwarda Gobieca

Warszawa, Plusa XI Nr 47

Nazwa natur. soku	Zasadnicze zastosowanie	Dawkowanie wg wskazówek lekarza lub:	Opakowanie
Sok świeżego Dziurawca	Cierpienia wątroby i woreczka żółciowego. Bóle i owrzodzenia żołądka, kiszek i pęcherza. Bóle artretyczne i reumatyczne. Kurcze nerwowe i bóle newralgiczne.	3 razy dziennie po 30—50 kropli przed jedzeniem. W dawce zwiększonej po łyżeczce od herbaty	35,o 100,o
Sok świeżego Łopianu	Oczyszczenie krwi. Chorobliwa czerwoność skóry, wyrzuty skórne, wrzodzianki, wysypki, liszaje. Skrofuły. Pielęgnacja cery	3 razy dziennie po 30—50 kropli przed jedzeniem. W dawce zwiększonej po łyżeczce od herbaty	35,o 100,o
Syrop żywokostowy ze świeżego korzenia	Kaszel uporczywy. Chrypka, katary gardła, krtani i płuc, podrażnienia przewodu pokarmowego, biegunki. Schorzenia żołądka i kiszek. Regeneracja tkanek	3 — 4 razy dziennie po łyżeczce stołowej; dzieciom po łyżeczce od herbaty 3-4 razy dziennie	100,o
Sok świeżego Romianku	Bakteriobójczy antyseptyczny środek. Wzdęcia, kurcze, fermentacje w żołądku i kiszkach. Biegunka. Podrażnienia i stany zapalne gardła i dziąseł. Bóle głowy. Z sokiem waleriany: — nadwrażliwość, bezsenność, bóle newralgiczne.	3 razy dziennie po 30 — 50 kropli w miarę potrzeby po łyżeczce od herbaty na noc	35,o 100,o
Sok świeżego Serdecznika	Wzmacnia serce oraz w stanach lęku i niepokoju.	3 razy dziennie po 25 — 50 kropli	15,o
Sok świeżej Waleriany	Wyczerpanie nerwowe, stany nadwrażliwości ustroju nerwowego, ogólne osłabienie, bezsenność, nerwobóle, nerwica przewodu pokarmowego histeria. Świetnie działa w połączeniu z rumiankiem lub serdecznikiem	3 razy dziennie po 25 — 40 kropli pół na pół	15,o 35,o 100,o
Sok czosnkowy bezwonny	Katary, nieżyt dróg oddechowych. Nieżyty jelit, nieprawidłowe fermentacje, biegunki, Skleroza, Artretyzm. Nadmierne ciśnienie.	3 razy dziennie po 30—50 kropli w łyżce wody lub w mleku	15,o
Sok liści Brzozy	Schorzenia dróg moczowych, choroby, nerek i pęcherza kamica. Artretyzm, reumatyzm. Zła przemiana materii.	3 razy dziennie po 35-50 kropli. W dawce zwiększonej po łyżeczce od herbaty	35,o 100,o
Sok Mniszka lekarskiego	Zła przemiana materii. Chroniczne zaparcie. Oczyszczanie woreczka żółciowego. Działanie żółciopędne i pobudzające wydzielanie soków trawiennych.	3 razy dziennie po 30-50 kropli. W dawce zwiększonej po łyżeczce od herbaty	35,o 100,o
Sok świeżego Krwawnika	Zła przemiana materii. Brak apetytu. W połączeniu z Dziurawcem — wzmocnienie i regeneracja ustroju.	3 razy dziennie po 25—50 kropli	35,o 100,o
Sok Pieprzu ostrogorzk.	Przy przewlekłym i obfitym miesiączkowaniu.	3 razy dziennie po 30—50 kropli przed jedzeniem	15,o
Sok świeżego Kasztana	Żylaki. Hemoroidy	3 razy dziennie po 30—50 kropli przed jedzeniem	15,o

Wszystkie powyższe środki do nabycia w aptekach i drogeriach